RADMILA MOACANIN

Esența psihologiei lui Jung și budismul tibetan

Căi occidentale și orientale către Esență

Editura ATMAN

privește înăuntru...

Radmila Moacanin

Esența psihologiei lui Jung și budismul tibetan

Căi occidentale și orientale către Esență

Traducere din limba engleză

Claudia Mitrofan

Adaptare și corectură

Mariana Alexandru

ATMAN

2015

ESENȚA PSIHOLOGIEI LUI JUNG ȘI BUDISMUL TIBETAN

Căi occidentale și orientale către Esență

Copyright © Radmila Moacanin 2003

Original title: The Essence of Jung's Psychology and Tibetan Buddhism

© Copyright 2015, Editura ATMAN

Editura ATMAN

http://www.editura-atman.ro

contact@editura-atman.ro

0733.084.450

ISBN ePub: 978-606-93899-6-6

ISBN Print: 978-606-93899-2-8

Această carte în format digital intră sub incidența drepturilor de autor și a fost creată exclusiv pentru a fi citită utilizând dispozitivul personal pe care a fost descărcată. Oricare alte metode de utilizare, dintre care fac parte împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parțială a textului, punerea acestuia la dispoziția publicului, inclusiv prin intermediul Internetului sau a rețelelor de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme – altele decât cele pe care a fost descărcată – care permit recuperarea informațiilor, revânzarea sau comercializarea sub orice formă a acestui text, precum și alte fapte similare, săvârșite fără acordul scris al persoanei care deține drepturile de autor, sunt o încălcare a legislației referitoare la proprietatea intelectuală și vor fi pedepsite penal și/sau civil în conformitate cu legile în vigoare.

Lectura digitală protejează mediul
Versiune digitală realizată de elefant.ro

Prefață la cea de-a doua ediție

Atunci când o idee măreață ne captivează din exterior, trebuie să înțelegem că ea ne poate captiva în acest fel doar pentru că ceva din noi răspunde impulsului acesteia și îi iese în întâmpinare.

C. G. Jung

De la momentul primei ediții a acestei cărți, multe s-au petrecut în lumea noastră, ceea ce face învățăturile budismului tibetan și lucrările lui Jung și mai relevante. Secolul trecut s-a încheiat și un nou secol și-a făcut apariția cu o explozie de violență, crime generalizate și răzbunare − atitudinea ochi-pentru-ochi, care, așa cum spunea Gandhi, duce doar la crearea unei lumi oarbe. În plus, planeta noastră, singurul habitat pe care îl avem și pe care îl împărțim cu toate celelalte ființe vii, a fost profund rănită: pământul, apa, aerul au fost otrăvite de exploatarea lipsită de rațiune și de instrumentele de distrugere create de om, toate acestea fiind folosite pentru a acumula cât mai multă putere și a satisface interese egocentrice.

În ultimul deceniu am văzut progrese enorme și din ce în ce mai accelerate în domeniul tehnologiei, însă relativ puține realizări în domeniul spiritual. Militarismul, materialismul și consumerismul au luat proporții îngrijorătoare, ducând la scufundarea civilizației occidentale și la infectarea rapidă a restului omenirii. Împreună, aceste tendințe pun accentul pe tot ceea ce este exterior și nu iau în considerație câtuși de puțin lumea interioară. Ca urmare, lumea noastră nu este doar oarbă, ci și inconștientă și adormită.

Deși momentan este doar o subcultură minoritară, există, totuși, unele semne în cultura occidentală ale unei tendințe în curs de dezvoltare lentă, ale unei schimbări de paradigmă dincolo de materialismul științific – este vorba de trecerea la o mai amplă conștiință de sine și receptivitate mentală, de un interes crescut în ce privește practica meditației și confluența psihologiei cu spiritualitatea, de o examinare a valorilor personale și o simplificare a vieții, inclusiv schimbări de carieră, pentru a

duce o viață mai împlinită. Pe scurt, există o tendință de îndepărtare de Logos – intelectul pur, care analizează, judecă și împarte – și o apropiere de Eros, care relaționează și conectează și care aduce realizarea interconectării și a interdependenței noastre. Această schimbare atinge profunzimile noastre, deschizându-ne către dimensiuni mai mari ale existenței, către misterul inefabil al vieții și al morții și conducându-ne la transformarea spirituală despre care ne vorbesc atât budismul tibetan, cât și lucrările lui Jung.

Simplul fapt că această carte a trecut prin trei tiraje și două ediții și a fost tradusă deja în doisprezece limbi arată că există o adevărată foame pentru înțelepciunea perenă a Orientului și a Occidentului, ambele exprimate elocvent și de budismul tibetan, și de Jung.

Budismul tibetan a devenit destul de bine cunoscut, mai ales din 1989, când Dalai Lama a primit Premiul Nobel pentru Pace. Astăzi, acesta este considerat de mulți drept cel mai mare și cel mai inspirator lider religios la nivel mondial, grație angajamentului său ferm la nonviolență, respectului său necondiționat pentru viața umană și considerației sale pentru toate ființele vii și mediul în care acestea trăiesc. Jung, însă, nu este corect înțeles încă, iar contribuțiile sale vitale nu au fost pe deplin recunoscute nici chiar de psihologia occidentală.

Această a doua ediție include un epilog în care am explorat câteva dintre cele mai importante subiecte aflate la confluența dintre psihologia lui Jung și budismul tibetan, cu un accent special pe relevanța lor în lumea noastră actuală.

Prefață

Această carte își are originea în Europa, pe când, în urmă cu câțiva ani, maestrul budist tibetan, Lama Thubten Yeshe, a călătorit din Asia în Occident pentru a propovădui învățături, iar eu am călătorit din America în Orient pentru a le primi. Într-o zi, în cadrul unui interviu privat cu el, cunoscându-mi interesul pentru Jung, mi-a cerut pe neașteptate să susțin o prelegere despre psihologia lui Jung și despre relația acesteia cu budismul tibetan. Am protestat: eram total nepregătită și știam atât de puține despre acest subiect. Dar Lama a insistat cu delicatețe. Speriată, am tot stăruit să fiu iertată de la o asemenea îndatorire imposibilă, dar el era de neclintit și nici nu a vrut să audă lamentările mele. Pentru prima și singura dată de când îl întâlnisem pe Lama Yeshe, am crezut cu adevărat că eșuaserăm în comunicarea noastră. Nici nu bănuiam însă ce avea să urmeze.

Mai târziu, în răstimpul aceleiași zile, m-am așezat liniștită cu picioarele încrucișate pe podeaua camerei de meditație, în fața unui public numeros de studenți ai lui Lama Yeshe, și am susținut acea prelegere. S-a dovedit a fi un eveniment memorabil și semnificativ din viața mea. Din acel moment, am fost cuprinsă de imboldul de a învăța și experimenta cât mai mult din învățăturile celor două tradiții. Am început astfel călătoria fascinantă între Est și Vest, Vest și Est, iar în mintea mea, fiecare disciplină o completa pe cealaltă, o ajuta în a oferi pe mai departe explicații și o îmbogățea. Ca urmare, câțiva ani mai târziu, a apărut această carte. Ca o sincronicitate, pe când mă aflam în California, Lama Yeshe ajuns și el acolo, după o absență îndelungată. I-am arătat lucrarea, iar el m-a încurajat imediat să o public. Încă o dată am fost reticentă, dar din nou, era o sarcină de la care nu m-am putut eschiva.

Cartea încearcă să facă paralele și să aducă în discuție asemănările și diferențele dintre budismul tibetan și psihologia lui Jung. Scopul său este de a identifica posibile conexiuni, astfel încât să facă o punte între anumite aspecte ce țin de tradiția

filozofică și spirituală, de sistemele etice și psihologice din Orient și Occident.

Unul dintre principalele aspecte pe care vreau să îl cercetez este următorul: dat fiind faptul că cele două tradiții s-au dezvoltat în perioade istorice diferite, în condiții socioculturale foarte diferite și, din punct de vedere geografic, în două părți opuse ale lumii, sunt ele oare intrinsec distinctive și au o valoare psihologică și etică numai pentru indivizii din spațiile în care fiecare s-a dezvoltat? Sau este posibil ca cele două tradiții să fie reconciliate, „să se unească contrariile“, să permitem apariția unei interacțiuni, să sintetizăm și să adaptăm concluziile, metodele și înțelepciunea sistemelor respective la nevoile și condițiile societății contemporane, în ciuda oricăror granițe geografice?

Sunt și alte întrebări pe care le voi aduce în discuție în această cercetare. Există oare posibile pericole inerente în cazul în care i s-ar permite unui occidental să experimenteze străvechile și adânc înrădăcinatele tradiții orientale? Sunt oare aceste pericole practic cauzate de transplantarea disciplinei spirituale de la o cultură la alta – de la Est la Vest –, în același mod în care s-a produs și reversul atunci atunci când tehnologia industrială occidentală a fost introdusă în așa-numitele țări subdezvoltate din Est, provocând perturbări semnificative în modelele tradiționale de viață și de muncă și, prin urmare, cauzând adesea daune grave în echilibrul psihologic al indivizilor respectivi? Ori pericolele sunt și mai profunde, cum ar fi cele pe care alchimiștii le știau și asupra cărora ne-au avertizat – spunând că opera (munca, lucrarea) lor era „ca o otravă letală“, adică nu exista doar riscul unei otrăviri chimice, dar și cel al unor „otrăviri“ mentale, cu alte cuvinte, riscul apariției unor aberații mentale/unor denaturări cognitive. Care sunt atunci măsurile de precauție necesare – dacă acestea există − în abordarea studiului și a practicii unei discipline spirituale orientale, care a fost ținută secretă timp de secole și a fost doar recent dezvăluită lumii occidentale?

C. G. Jung, alchimiștii și budiștii tibetani, au fost oare toți în căutarea aceluiași adevăr – Sinele, piatra filozofală, iluminarea? Au operele lor o esență comună care, dacă este bine înțeleasă și aplicată, conține o valoare universală?

Există oare o coincidență semnificativă în profeția datând din secolul al VIII-lea, conform căreia „atunci când păsările de fier vor zbura, tibetanii își vor părăsi căminul“ − profeție care s-a adeverit chiar în secolul al XX-lea, care ni l-a dat pe C. G. Jung?

Mulți tibetani și-au găsit un nou cămin în Elveția - unul dintre locurile cele mai plăcute lor în afara Tibetului - scrutând cu privirea aceiași munți Alpi care l-au inspirat pe Jung și care le aminteau de propriii lor munți de acasă, Himalaya, dar și împrejurimi și orizonturi deosebit de favorabile pentru ca mintea să mediteze și să se dezvolte.

Cu mai mulți ani în urmă, sub impactul aceleiași forțe care i-a făcut pe tibetani să-și părăsească locul de origine, și eu a trebuit să-l părăsesc pe al meu și mi-am găsit temporar un nou cămin în Elveția. Acolo a luat naștere interesul meu pentru tradițiile mistice orientale. Tot în Elveția a avut loc prima mea întâlnire cu Dalai Lama. Din momentul în care am început să întâlnesc diverși *lama* tibetani, m-am simțit de multe ori recunoscătoare, într-un mod neobișnuit, acelei forțe a „răului“, care a avut în mod direct un rol esențial în a ne aduce împreună pe noi toți. Pentru mine aceasta a reprezentat un exemplu frapant al posibilității de a experimenta acea „transformare a gândirii“, pe care tibetanii o propovăduiesc, precum și o demonstrație concretă a aspectelor multidimensionale ale fiecărui eveniment.

Am intrat în contact atât cu opera lui Jung, cât și cu budismul tibetan într-un mod foarte spontan, și în fiecare caz ca urmare a unei serii de evenimente sincronistice. Ambele sisteme au avut un impact imediat și puternic asupra mea și am avut un indiciu că, într-un fel, toate acestea trebuie să fie legate într-un mod deosebit de semnificativ, în ciuda faptului că proveneau din tradiții diferite și că se dezvoltaseră în circumstanțe exterioare diferite.

În această carte voi încerca să surprind ariile generale ale psihologiei lui Jung și ale budismului tibetan. Acestea sunt discipline de o amploare și o complexitate imense, atât în teorie, cât și în practică, și lucrări de-a dreptul voluminoase au fost realizate în fiecare dintre aceste domenii. Prin urmare, studiul meu se limitează numai la anumite aspecte tratate de Jung și la relația alchimiei cu propriile lui constatări/concluzii. Discuția despre budism se va concentra asupra budismului tantric și asupra relației acestuia cu psihologia lui Jung. Cu greu pot discuta însă despre budismul tantric fără a-l plasa în contextul mai larg al budismului tibetan. Aceasta este rațiunea pentru care fac o scurtă prezentare a budismului tibetan. Motivul pentru care voi discuta despre budismul tantric și voi face apoi o raportare din această perspectivă la psihologia lui Jung se bazează pe impresia mea că această formă particulară de budism are în mod direct de-a face cu aspectele și problemele care l-au preocupat pe Jung de-a lungul vieții sale – mai presus de toate, procesul de creștere a conștiinței și transformarea spirituală. Jung se referă la acesta ca la „experimentul extraordinar de a deveni conștient, pe care natura l-a făcut cu omenirea și care reunește cele mai diverse culturi într-o misiune comună“.

În ciuda complexității sale deosebite și a naturii sale ezoterice, budismul tibetan este în esență un sistem psihologic și etic. Și, spre deosebire de alte teorii filozofice și abordări spirituale care au ajuns la noi din Asia, budismul tantric este cu adevărat un proces viu, care conciliază dorințele noastre cele mai profunde pentru misterul simbolic și spiritual și solicitările vieții noastre pământene, subliniind întotdeauna că sensul, rostul vieții este acela de a o trăi. Sper să găsesc unele soluții la câteva

dintre problemele fundamentale examinate și că rezultatele vor demonstra și vor indica interconexiunile dintre cele două sisteme. Sper, de asemenea, să fiu în măsură să demonstrez că este posibil să reconciliem o disciplină spirituală străveche din Orient cu un sistem psihologic occidental contemporan, într-un mod fructuos și semnificativ.

Mulțumiri

Doresc să-mi exprim recunoștința profundă și mulțumirile sincere profesorilor mei, Lama Thubten Yeshe și Lama Thubten Zopa Rinpoche, care mi-au arătat calea spre o altă realitate; Doctorului Ira Progoff, care m-a introdus în lumea lui Jung; Doctorului Russell Lockhart: cu ajutorul îndrumării sale orizonturile acestei lumi multidimensionale s-au extins dincolo de orice graniță; mamei mele, care mi-a oferit cu răbdare ajutorul și sprijinul său neprețuit; nenumăraților prieteni și necunoscuți din Europa și Asia, America, Africa, Australia, care, cu inimile și mințile lor, au contribuit la această lucrare în atâtea modalități.

1. Budismul

A fost odată ca niciodată, într-o țară îndepărtată, un prinț care avea o soție frumoasă și un băiețel. El se numea Siddhartha Gautama și a trăit toată viața într-un mare palat, respectând dorința părintelui său de a nu părăsi niciodată palatul. Tatăl său, regele, era hotărât să-și protejeze fiul și unicul moștenitor de a vedea orice suferință și să-i ofere toate plăcerile lumești. Și într-adevăr, Siddhartha a gustat din plin din toate plăcerile lumești pe care viața i le oferea.

Dar într-o zi a nesocotit porunca tatălui său de a nu părăsi palatul și împrejurimile acestuia. Împreună cu devotatul său tovarăș și vizitiu, Channa, a trecut dincolo de poartă și s-a aventurat în lume. A întâlnit în drumul său un om bătrân, un om bolnav și un altul mort − trei înfățișări cu totul necunoscute tânărului prinț. L-a întrebat pe Channa dacă a mai văzut vreodată așa ceva. Channa i-a răspuns că bătrânețea, boala și moartea sunt aspecte ale existenței prin care toți trebuie să trecem. Pentru prima dată în viață, Siddhartha a fost atins de săgeata noii conștientizări: suferința întregii omeniri, de la care nu există nicio scăpare. În cele din urmă, cea de-a patra și cea mai decisivă apariție care i s-a înfățișat lui Siddhartha a fost aceea a unui sfânt rătăcitor. Dintr-odată, nu a mai avut de ales: urgența interioară, nou descoperita chemare a fost copleșitoare, așa că a trebuit să lase în urmă casa, viața regală și tot ceea ce prețuia, inclusiv pe părinți, pe frumoasa lui soție și micul său fiu.

În tăcere, a părăsit palatul regal pentru totdeauna, ca să se aventureze solitar într-o lungă călătorie, în căutarea răspunsurilor la misterul vieții. În peregrinările sale, a întâlnit numeroși dascăli și filosofi vestiți; a studiat cu ei și le-a urmat metodele. Dar niciunul dintre acești mari învățați nu putea răspunde întrebărilor sale, pentru că erau întrebări neobișnuite, neformulate de mintea sa, ci resimțite în adâncul inimii sale, fiind în căutarea nu a speculațiilor filosofice și metafizice, ci a adevărului pur. Așa că Siddhartha și-a continuat călătoria solitară în căutarea

comorii sale, singura comoară pe care și-o dorea cu disperare și pentru care era hotărât să sacrifice o dată în plus totul.

Timp de mai mulți ani, a trăit în pădure ca un pustnic, străduindu-se să obțină controlul deplin asupra trupului și minții sale. Eforturile sale au fost încununate de succes, dar consecințele au fost un trup înfometat, extrem de slăbit, și o minte descurajată − și toate acestea în timp ce comoara pe care o căuta cu atâta ardoare încă îl ocolea. Atingând nivelul maxim de disperare, Siddhartha și-a dat seama că trupul îi era de fapt instrumentul cel mai prețios, de care nu trebuia să abuzeze nici prin practici ascetice, și nici prin exces de indulgență, ambele extreme fiindu-i atât de cunoscute. Doar prin intermediul trupului său omenesc putea ajunge la comoara cea atât de greu de găsit. Venise acum momentul în care fostul prinț și fostul ascet să-și schimbe din nou viața, să renunțe la calea renunțării de sine și să pășească pe o cale mai echilibrată − Calea de Mijloc. Așa că a mâncat cum se cuvine, s-a îmbăiat și și-a pus haine curate. Siddhartha s-a așezat apoi cu picioarele încrucișate sub un copac pentru a medita și a făgăduit să nu se miște din acel loc până nu va fi găsit comoara mult dorită. Și, într-adevăr, după mai multe zile de meditație la poalele copacului, comoara a venit la el: printr-o străfulgerare, a atins iluminarea, a găsit adevărul pur pe care îl căuta de atâta timp. În acel moment, Siddhartha a devenit Buddha, Cel Trezit.

A trăit o lungă viață împărtășind comoara pe care o descoperise cu mulți semeni, tineri și bătrâni, bogați și săraci, învățați și neînvățați, cu toți cei care erau gata să descopere comoara pentru sine − pentru că această comoară nu se găsea nicăieri altundeva decât în profunzimea minții fiecărui individ. Trupul său muritor și-a găsit sfârșitul în jurul vârstei de optzeci de ani. Prințul Siddhartha Gautama – Buddha – a trăit însă fericit pentru totdeauna în mințile și inimile a milioane de oameni care i-au acceptat mesajul, transformându-l într-o realitate vie.

Aceasta este povestea lui Buddha Shakyamuni, probabil una dintre cele mai vechi, cele mai des repetate și mai fantastice povești care au existat vreodată. Ea a fost istorisită și a inspirat nenumărați oameni de mai bine de două milenii și jumătate.

Care a fost mesajul pe care Buddha Shakyamuni l-a adus în lume? Mai presus de toate, acela că fiecare ființă umană are potențialul de a atinge iluminarea și să devină un *buddha*. „Omul este propriul său stăpân și nu există nicio altă ființă sau o putere superioară care să-i decidă destinul.“[1]

Buddha și urmașii săi de până-n zilele noastre pot doar preda, ghida și indica calea spre eliberare; fiecare persoană trebuie însă să pornească și să pășească pe această cale singură, după cum a făcut și Siddhartha. Individul trebuie să-și păstreze o anumită doză de îndoială sănătoasă față de învățăturile pe care le primește,

indiferent care este autoritatea de la care acestea provin, inclusiv de la Buddha, până când valabilitatea lor este confirmată în mod clar prin investigație, analiză și experiență. Numai atunci când am descoperit că învățăturile sunt valoroase și aplicabile propriei noastre vieți ar trebui să le urmăm. În cele din urmă, noi suntem propria autoritate în căutarea spirituală; nu există niciun adevăr revelat, nici scripturi sfinte, nici dogmă și niciun mântuitor.

Esența învățăturii lui Buddha și temelia întregii doctrine budiste ulterioare au fost exprimate în prima sa predică susținută la Sarnath, în apropiere de Benares, după iluminarea sa în noaptea cu lună plină din luna iulie. În această predică a expus cele patru adevăruri nobile:

1. suferința în viață este omniprezentă;
2. sursa suferinței se găsește în pofta egoistă și în toate formele de atașament;
3. sfârșitul, eliberarea și libertatea față de suferință sunt posibile;
4. calea duce de la suferință la eliberare.

Doctrina celor patru adevăruri nobile clarifică această cale, menționată în general drept Calea de Mijloc pentru că este nestingherită de vreo limită. Se mai numește drumul sfânt cu opt cărări, precizând normele de comportament, gândire, vorbire și acțiune care conduc la eliberare. Acestea sunt:

1. înțelegerea dreaptă
2. gândirea dreaptă – scop sau aspirație
3. cuvântul drept
4. fapta dreaptă
5. mijloacele de existență drepte
6. efortul drept
7. înțelegerea, conștientizarea și atenția dreaptă
8. concentrarea dreaptă sau meditația

Aceste opt categorii constituie bazele doctrinei budiste, care, aplicate și urmate în mod corespunzător, conduc la o viață echilibrată și armonioasă, atât în beneficiul individului, cât și al societății. Primele două categorii – înțelegerea dreaptă și gândirea dreaptă – se referă la dezvoltarea înțelepciunii; următoarele trei – cuvântul drept, fapta dreaptă și mijloacele de existență drepte – la conduita etică; iar ultimele două – înțelegerea dreaptă și concentrarea dreaptă – la disciplina mentală.

Înțelepciunea, conduita etică și disciplină mentală sunt interdependente și

trebuie să fie urmărite simultan, fiecare promovând dezvoltarea celeilalte. Astfel, componentele filosofice, etice și psihologice constituie împreună fundamentul pentru dezvoltarea spirituală.[2]

În secolele ulterioare, din această expunere simplă, dar foarte profundă a celor patru adevăruri nobile și a căii nobile cu opt brațe, rostită de Buddha Shakyamuni, s-a proliferat un număr uluitor de interpretări prin comentarii orale și materiale scrise, de multe ori contradictorii și incompatibile. Unele tratează probleme obișnuite și practice, altele tratează probleme filosofice, metafizice și ontologice, dar toate pretind că-și bazează autoritatea pe declarațiile lui Buddha însuși. Și într-adevăr toate sunt variațiuni pe aceeași temă de bază regăsită în cele patru adevăruri nobile, prezentate în prima predică a lui Buddha. Mai mult, originea diferitelor și adesea controversatelor aspecte ale doctrinei se regăsește chiar în abordarea lui Buddha Shakyamuni utilizată în învățăturile sale, al căror singur scop era de a le arăta oamenilor calea spre eliberarea de suferință, care este, de fapt, eliberarea spirituală. Deoarece suferința este un fapt concret al vieții, scopul este comun, dar căile care duc la îndepărtarea ei sunt multiple. Citez opinia unui *lama* tibetan contemporan cu privire la această chestiune:

> „O caracteristică principală a tuturor învățăturilor lui Buddha este că acestea sunt concepute pentru a se potrivi nevoilor și aptitudinilor fiecărui individ. Dat fiind faptul că noi toți avem interese diferite, probleme diferite și moduri diferite de viață, o unică metodă de instruire nu ar putea fi niciodată potrivită pentru toată lumea. Buddha însuși a explicat că, pentru ca învățăturile lui să ajungă la un anumit discipol, dintr-un anume context, ar trebui să-i predea acestuia o doctrină aparte. De accea, ar putea exista anumite momente când ar putea fi necesar să spună „da“ și altele când ar fi mai potrivit să spună „nu“, chiar ca răspuns la aceeași întrebare.“[3]

Exact în aceasta constă forța budismului, și anume în flexibilitatea metodelor și practicilor sale, în faptul că pune accent pe experiența fiecărui individ, și nu pe intelectul, cunoașterea filosofică sau credința oarbă a acestuia. Nimic, nicio metodă nu este exclusă în atingerea scopului final, care este eliberarea. Acest principiu înzestrează învățăturile cu o capacitate deosebită de a se adapta la diverși indivizi, care provin din contexte geografice, istorice și culturale diferite. În acest sens, budismul are cu adevărat un caracter universal, precum și o relevanță deosebită pentru viață, ce au rămas nealterate până în zilele noastre, pentru că înțelepciunea acestuia este înrădăcinată în profunzimea psihicului uman.

Cu o astfel de libertate în materie de instruire și practică era inevitabil ca în decursul secolelor de după moartea lui Buddha să nu apară diferențe doctrinare care să ducă la dezvoltarea unei diversități de tradiții. Astfel, au apărut două sisteme majore: ceea ce se numește uneori Hinayana, care înseamnă literal „Micul Vehicul“, și Mahayana, „Marele Vehicul“. Primul sistem s-a dezvoltat în forma de budism care este acum practicată în Birmania, Thailanda și Sri Lanka, pe când cel de pe urmă s-a răspândit în teritoriile cunoscute în prezent drept Nordul Indiei, Mongolia, Tibet,

Sikkim, Bhutan, Nepal, Cambodgia, Vietnam, China, Coreea și Japonia.

Hinayana insistă asupra unor principii morale stricte și a aderării la jurăminte austere de conduită. Scopul final este atingerea propriei mântuiri. Cea mai înaltă etapă de dezvoltare individuală, ființa umană ideală, se numește „*arhat*“. Cuvântul înseamnă „ucigaș al vrăjmașului“, iar vrăjmașul se înțelege că în acest context sunt patimile.[4]

Mahayana continuă de unde se oprește Hinayana: scopul final al celor ce sunt adepții căii Mahayana este de a căuta mântuirea nu doar pentru binele propriu, ci al tuturor ființelor. Iar acest țel nu reprezintă nimic altceva decât atingerea stării de *buddha*. În timp ce Hinayana pune accentul pe austeritate, stăpânire de sine și un comportament cu o înaltă ținută etică, Mahayana insistă asupra dezvoltării înțelepciunii intuitive pentru a îndepărta vălul ignoranței care ascunde esența noastră pură, natura de *buddha* care se regăsește în noi toți și care are nevoie doar să fie descoperită. Adevărata regăsire de sine, revelarea sinelui înseamnă atingerea stării inerente de *buddha*. S-a spus că „[Hinayana] evidențiază umanitatea lui Buddha, în timp ce Mahayana evidențiază starea de *buddha* a umanității“.[5]

Idealul de *arhat* în Hinayana se înlocuiește în sistemul Mahayana prin idealul de *bodhisattva*. De la aspirația la o mântuire exclusiv individuală a *arhaților*, ce intenționează să atingă starea de nirvana, adepții *bodhisattva* au făgăduit să își dedice toate eforturile pentru binele altora și să acționeze pentru eliberarea universală a tuturor ființelor. În cazul lor, orice acțiuni și eforturi orientate către sine sunt complet absente.

Blând și lipsit de violență,

Fără amăgire și viclenie,

Plin de iubire față de toate ființele –

Acesta este un *bodhisattva*.[6]

Cuvântul *bodhisattva* a fost definit în sensul de „ființă eroică“, „războinic spiritual“ sau „inimă luminată și spirit brav“.[7] Adepții *bodhisattva*, „blânzi și lipsiți de violență“, reacționează spontan la impulsul de a manifesta compasiune față de toată lumea și tot ceea ce îi înconjoară și sunt pe deplin implicați în problemele lumii; ei sunt în centrul lumii, cu toate luptele și necazurile sale. Calea lor nu este una negativă de renunțare și abandonare a lumii, ci una pozitivă de afirmare și de transformare a lumii, în virtutea marii lor compasiuni și înțelepciuni. Scopul lor în viață este de a-i elibera pe oameni de ignoranță, patimi și rău.

Adepții *bodhisattva* au luat decizia de nestrămutat de a deveni *buddha* exclusiv pentru beneficiul altora; ei s-au angrenat astfel cu dăruire pe calea ființei iluminate, pentru a se integra total, a se elibera de confuzie și conflict interior. Au dezvoltat

mijloacele de a ajunge la comoara interioară a celorlalți, la semințele latente ale iluminării, care, conform Mahayana, reprezintă, în realitate, patrimoniul comun al întregii umanități. Ei sunt „... precum alchimistul iscusit care, prin virtutea puterii substanțelor sale chimice, poate preschimba argintul în aur și aurul în argint“.[8]

Unii sunt pe bună dreptate uimiți și se întreabă:

> Ce anume îi oferă unui *bodhisattva* această putere prin care el îi depășește pe toți ceilalți? Este capacitatea sa de a confirma înțelegerea adevăratei naturi a lucrurilor, de a face față oricăror împrejurări, lipsit de frică și îngrijorare, precum și capacitatea sa de a întâmpina orice situație cu o perspectivă neîngrădită și o compasiune nelimitată.[9]

M-am întrebat adesea același lucru în timp ce mă aflam în prezența unor *lama* tibetani, dintre care unii, nu am nici cea mai mică îndoială, au atins stadiul de *bodhisattva*. Și am fost mereu uimită și de capacitatea lor rafinată de a influența mintea și viața multor occidentali al căror context istoric și cultural, cât și stil de viață sunt atât de diferite de cele ale indivizilor născuți și crescuți în Tibet. Poate că o parte a răspunsului la această întrebare se află în următoarea descriere a unui *bodhisattva*:

> „De la bun început el caută să atingă înțelepciunea care stă la baza stării de *buddha*, cu alte cuvinte, cunoașterea tuturor formelor, cunoașterea tuturor căilor oricărei ființe. Aceasta este ceea ce conferă celor care au atins starea de *buddha* și adepților *bodhisattva* avansați abilitatea de a se menține *en rapport* cu fiecare situație și să ofere ajutor fiecărei ființe în modul cel mai adecvat acesteia.“[10]

BUDISMUL TIBETAN

Budismul tibetan este parte integrantă a sistemului Mahayana. Când a fost introdus din India în Tibet în secolul al șaptelea d.H., acesta s-a intersectat cu religia locală *bon* și practicile sale șamanice. Pe măsură ce budismul s-a răspândit, mulți învățați indieni au venit în Tibet și au tradus texte religioase și comentariile lor pe marginea acestora, până când tibetanii înșiși au început să-și aștearne pe hârtie propriile comentarii. Se spune că, pe teritoriul tibetan, budismul s-a amestecat cu cultul local *bon* și a încorporat unele dintre caracteristicile sale. Cu toate acestea, prezentul Dalai Lama neagă orice influență străină și afirmă că „învățătura budistă care s-a extins în Tibet este doar învățătura neprihănită a Indiei și nimic altceva. *Lama* tibetani nu au modificat-o și nici nu au amestecat-o cu o altă religie“.[11]

De-a lungul timpului, au luat naștere patru școli majore: *Nyingma*, *Kargyu*, *Sakya* și *Gelug*. Inițiatorii acestor școli sunt diverși învățați indieni, de unde și variațiile în modul de oferire a învățăturilor, însă tibetanii subliniază că nu există diferențe fundamentale în filosofia și în practicile lor spirituale. Toate sunt în căutarea atingerii aceluiași țel: iluminarea. De fapt, toate aderă atât la învățăturile Hinayana, cât și la cele de tip Mahayana și chiar Tantrayana (o secțiune a

Mahayana).

Yana este cuvântul sanscrit pentru vehicul. Într-una din prelegerile sale, un *lama* contemporan a asimilat acest vehicul cu o cale sau un elevator/scripete capabil să ne înalțe conștiința la starea de iluminare.

Există trei aspecte principale ale căii către iluminare, ale călătoriei spirituale: renunțarea la sine, motivul/motivația iluminatului și perspectiva dreaptă asupra realității. „Puse la un loc, toate acestea sunt precum combustibilul ce propulsează racheta noastră pe Luna iluminării“.[12] Voi încerca în continuare să le conturez foarte succint pe fiecare dintre acestea.

Renunțarea la sine

Înainte de a păși pe calea spirituală, indivizii sunt mânați în toate acțiunile lor numai de dorințe egoiste de a dobândi avere, putere, reputație, cu alte cuvinte, de a dobândi plăcere și de a scăpa de suferință. Dar ei nici nu conștientizează că lupta pentru avere, putere, precum și orice scop lumesc nu pot aduce vreodată satisfacție deplină. Această preocupare este ceea ce budiștii numesc condiția de *samsara* – un termen sanscrit care înseamnă „circuit“. În această viață, se referă la obiceiul nostru inveterat de a ne învârti mereu și mereu în cerc, alergând după satisfacerea dorințelor, a plăcerilor de un fel sau altul, care, în mod invariabil, ne ocolesc. Acesta este *perpetuum mobile* al vieții lumești: trecerea de la o situație la alta, oscilând de la o stare de spirit la alta, dorind un obiect, dobândindu-l și savurându-l, devenind saturați, frustrați, aruncându-l și luând-o apoi de la capăt, reluând același proces mereu și mereu. Nu reușim să ajungem niciodată la țelul pe care îl urmărim tocmai pentru că principala caracteristică a *samsarei* este nemulțumirea – suferința. Termenul *samsara* se aplică și existenței ciclice a renașterilor continue, din care nu există nicio scăpare, până la eliberare, care este *nirvana*. În acest sens, *samsara* înseamnă „ciclul existenței“.

Potrivit gândirii budiste, sursa *samsarei* este ignoranța, cu alte cuvinte, inconștiența de a răspunde la impulsurile hedoniste, o minte neinstruită, nedisciplinată, necontrolată și împrăștiată.[13]

Un alt tip de ignoranță este iluzionarea noastră că fenomenele sunt permanente, în timp ce, de fapt, impermanența, schimbarea este legea omniprezentă a naturii. Suntem atașați de oameni, obiecte, bunuri, situații, și, mai presus de toate, de propriul nostru trup și de propria viață, iar când acestea se schimbă sau încetează să mai existe, experimentăm suferința. Hrănită de dorința de permanență și non-schimbare, „mintea devine rigidă și împietrită“.[14]

Cel mai mare dușman al nostru este egoismul nostru sau, cum spun budiștii, atitudinea noastră de autoproslăvire, de menajare a propriului ego. Toate

suferințele derivă din această stare. Cele trei otrăvuri ale minții − lăcomia, ura și ignoranța – ne poluează gândurile și acțiunile și ne produc confuzie, neliniște și durere. Și, pe măsură ce ne examinăm propriile experiențe, aflăm că prin acțiunile noastre conștiente sau inconștiente, motivate de gânduri fie pozitive, fie negative, plantăm semințe care vor rodi mai târziu. Budiștii ar spune că vom avea de suferit sau că vom beneficia de consecințele acțiunilor noastre atât în viețile viitoare, cât și în această viață, chiar în viitorul nostru imediat – și asta într-o măsură foarte mare.

Aceasta este legea simplă și inexorabilă a cauzei și a efectului sau *karma*. Acțiunile care inevitabil produc suferință și rău, nouă sau altora, în viitor sau în planul imediat, sunt numite acțiuni nonvirtuoase, stângace sau negative, în timp ce acelea care produc rezultate pozitive sunt numite acțiuni virtuoase.

După cum budiștii ne spun în mod repetat, toate ființele, fără excepție, au în comun dorința de a evita suferința și de a atinge fericirea. Cu toate acestea, prin gândurile și acțiunile noastre și din cauza minții noastre iluzionate și poluate, aducem în viața noastră exact opusul a ceea ce noi aspirăm din răsputeri să realizăm.

Pentru budiști, păcatele sunt numite „acțiuni nonvirtuoase“. Iar prin „virtute“ ei nu înțeleg doar bunătate și moralitate, ci și eficacitate și putere, pe care, într-adevăr, acțiunile virtuoase sunt capabile să le genereze. Lăcomia, mândria, furia și celelalte stări similare sunt, prin urmare, acțiuni lipsite de virtute care duc la suferință psihică și confuzie.[15]

În calitate de ființe umane, avem șansa deosebită și posibilități infinite de a ne propune năzuințe superioare și de a planta semințe virtuoase al căror rod sunt creșterea spirituală și, în cele din urmă, eliberarea. Totul depinde de mintea noastră. Când am decăzut cu totul și suntem dezgustați de nenorocirea noastră, de tulburările noastre *samsarice* fără de sfârșit, vom fi dobândit o minte care a învățat renunțarea, abandonul.

> Poarta de acces către toate căile spirituale, fie că este cea care ne conduce la eliberarea personală sau la iluminarea supremă, o reprezintă mintea complet abandonată. Așa cum este necesar să avem un pașaport, viză, vaccinări la zi și suficienți bani înainte de a putea întreprinde o călătorie lungă, tot așa este de esențială și această stare de spirit dacă dorim să urmăm *dharma* cu succes... La ce anume renunță o astfel de minte? Trebuie să dezvoltăm renunțarea la cauzele suferinței, la suferințele psihice în sine.... Renunțarea nu înseamnă că ar trebui să ne lipsim de bucuriile sau posesiunile noastre. Mulți au atins statutul de ființe superioare fiind regi, negustori bogați ș.a.m.d. Nu la bunuri trebuie să renunțăm, ci la atitudinea noastră de extremă atașare față de aceste bunuri.[16]

Trebuie subliniat faptul că, în mod contrar credinței populare, mintea renunță de fapt la suferință, la *samsara*, la un mod jalnic, alienat de a trăi viața, la disperarea existențială – sau, cu alte cuvinte, mintea renunță la inconștiență, la întuneric, la

starea de latență. Când mintea este conștientă, trezită, atunci nu mai există *samsara*, nu mai există nicio nemulțumire. Într-adevăr, cuvântul *buddha* înseamnă chiar asta – cel trezit.

Mintea are potențialul de a fi trezită; de fapt, ea are dorința de a se trezi și, cu toate acestea, ea doarme în ignoranță și iluzii. Când nu este obstrucționată de ignoranță, ea experimentează stări de pace și fericire. Unii dintre noi, dacă nu chiar majoritatea oamenilor, au astfel de experiențe de cel puțin câteva ori în viața lor, momente rare și privilegiate, cum ar fi: trăirea unei stări de iubire autentică, experiențe estetice, întâlniri cu ființe umane extraordinare, diverse stări de conștiință.

Acestea sunt momente scurte, trecătoare, când avem instant acces la o altă stare de spirit, la un alt nivel de existență și la o recunoaștere a faptului că este în puterea noastră să-l atingem, aici și acum. De asemenea, ajungem să ne dăm seama că nu mediul extern, ci mintea noastră, lumea noastră interioară este cea care se pronunță asupra fericirii sau suferinței noastre. Este ca și cum am găsi o nestemată care împlinește dorințe.

Motivația

Doar mintea complet abandonată nu este însă suficientă pentru a atinge iluminarea deplină, conform învățăturilor sistemului Mahayana, care subliniază în mod constant că orice acțiune trebuie să fie motivată de intenția de a aduce foloase și altora, nu doar propriei persoane. Astfel, la conceptul minții abandonate se adaugă „mintea iluminării“, motivația iluminatului sau așa-numita *bodhichitta*, care constituie cel de-al doilea dintre cele trei aspecte principale ale căii spre iluminare.

În momentul trezirii minții iluminate, ființa devine vital interesată de bunăstarea altor ființe. De fapt, budiștii tibetani se referă întotdeauna la toate ființele simțitoare, nu numai la omenire. „La fel ca omul, toate ființele simțitoare sunt afectate de suferință; astfel, în mod similar omului, chiar și cea mai mică insectă nu-și dorește suferința, ci fericirea.“[17] Prin conștientizarea stărilor interioare ale minții, conștiente și inconștiente, precum și datorită legii cauzei și efectului care le determină, individul ajunge la o conștientizare expansionată, care îi include și pe alții. De la atitudinea egotică, de autoprețuire, care se concentrează exclusiv pe sine, individul trece la un alt nivel în care percepe avantajele și necesitatea de a-i prețui pe ceilalți.

Și aici legea cauzei și efectului are putere supremă. De la relațiile interpersonale apropiate la relațiile sociale și internaționale, rădăcinile tuturor conflictelor și războaielor se află în atitudinea aceasta de autoprețuire. Fapte virtuoase săvârșite față de alții − cu trupul, cuvântul și mintea −, cum ar fi abținerea de la crimă, furt,

minciună, limbaj dur și dezvoltarea compasiunii și generozității, aduc plăcere și împlinire autentică și de durată. Aceste acțiuni lipsite de egocentrism au un efect energizant asupra persoanei care le realizează și, paradoxal, atunci când renunțăm la ego, dedicându-ne unei activități altruiste, ne regăsim Sinele.

Efectele pot fi verificate cu ușurință: acestea sunt cele mai bune momente din viața cuiva. Ele apar în prezența operelor de artă de orice fel – și tocmai aceasta este funcția artei: comunicarea autentică cu o altă ființă umană, activitatea de creație. Aceste momente se regăsesc chiar și în acțiunile modeste, simple ale vieții de zi cu zi, ori de câte ori reușim să ne eliberăm din închisoarea egocentrică autoimpusă.[18]

Motivul/motivația iluminatului face ca, în primul rând, individul să fie interesat de suferințele altora, și apoi să dezvolte o motivație puternică de a atinge iluminarea pentru binele altora, adică pentru a-i călăuzi spre eliberare. Aceasta este calea *bodhisattva*, prin care individul știe că singura modalitate de a-i inspira, sprijini și ghida pe alții către eliberare este aceea de a fi urmat primul această cale și de a fi atins iluminarea. Dar chiar înainte ca cineva să fi luat această hotărâre, fiecare acțiune care a fost atinsă de mintea iluminată, *bodhichitta*, chiar și cel mai mic gest, acțiunea cea mai lumească devine puternică. Astfel, „se spune că, dând o mână de mâncare unui câine în starea *bodhichitta*, aceasta ne aduce mai multe beneficii decât gestul de a oferi un univers de nestemate oricărei ființe însuflețite, în lipsa unei astfel de motivații“.[19]

Percepția dreaptă

Cel de-al treilea din cele trei aspecte principale ale căii spre iluminare este percepția dreaptă asupra realității sau înțelepciunea vidului, *shunyata*.

Acesta este conceptul cel mai dificil de înțeles și trebuie să fie surprins prin experiență directă, și nu doar prin înțelegere intelectuală. Cu toate acestea, se află în centrul tuturor învățăturilor budiste și este inseparabil de celelalte două aspecte principale ale căii. El nu poate fi explicat și înțeles prin analiză rațională, ci numai prin dezvoltarea treptată a înțelepciunii intuitive.

Exersarea acestui tip de înțelepciune superioară este esențială, deoarece concepțiile greșite asupra realității constituie sursa primară a oricărei suferințe.

> Concepțiile greșite ale ego-ului cu privire la realitate ne țin înrobiți, fie că este vorba de robia de fier a existenței lumești sau de robia de aur a unui mod de viață spiritual. Robia de fier este continua noastră suferință mentală și fizică din ciclul de existențe neîmplinite cunoscut sub numele de *samsara*, în timp ce robia de aur este aceea de a fi sclavi ai unor concepții greșite și filosofii false... Scopul suprem este de a ne elibera de orice servitute.[20]

Conceptul de *shunyata*, vidul, a dat naștere la multe interpretări greșite și denaturări. *Shunya*, un cuvânt sanscrit, înseamnă „ceea ce se referă la umflare“.

Potrivit eruditului budist Edward Conze, etimologia cuvântului exprimă unitatea contrariilor, și anume ceea ce este umflat la exterior este gol în interior − personalitatea noastră este și umflată de cele cinci *skandha*[21], și vidă de sine.[22] Nu există niciun sine independent, inerent, irelevant sau „eu“, așa cum am fost obișnuiți să gândim.

Natura esențială a tuturor fenomenelor este vidul. Din perspectivă filosofică, acesta este principiul relativității tuturor lucrurilor și condițiilor. Dar este, de asemenea, principiul potențialității nelimitate, al non-exclusivității: vidul poate conține și produce tot.

Un sinonim pentru *shunyata* este non-dualitatea.

Referitor la acest subiect Lankavatara Sutra spune:

> ... ce se înțelege prin non-dualitate? Aceasta înseamnă că lumina și umbra, lung și scurt, negru și alb sunt termeni interdependenți ..., și nu independenți unul față de celălalt; precum *nirvana* și *samsara*, toate lucrurile sunt non-duale. Nu există *nirvana* decât acolo unde este și *samsara*, după cum nu există *samsara* decât acolo unde este și *nirvana*; starea de existență nu are un caracter care exclude reciproc.[23]

Lipsa unui „eu“ separat, permanent nu presupune inexistența sa totală, pentru că asta ar însemna nihilism, un alt punct de vedere dogmatic și extremist, la fel de greșit. Astfel, există un „eu“ convențional pe care toți îl avem și care există la nivelul relativ al realității, în timp ce la nivelul suprem, absolut al realității acesta nu există.

Existența celor cinci *skandha* este adevărul convențional, aceasta în timp ce natura vidă a tuturor fenomenelor este adevărul suprem.[24]

Această distincție între adevărul relativ, lumesc și cel absolut, suprem este esențial pentru filosofia sistemului Madhyamika[25]* (Calea de Mijloc), asupra căreia voi reveni într-un capitol ulterior. După spusele prezentului Dalai Lama, aceasta este „o teorie care își păstrează caracterul suprem printre toate teoriile diferitelor școli budiste“.[26]

În acest moment, este important să subliniem din nou viziunea budistă potrivit căreia concepția greșită asupra realității și credința într-o existență independentă, fixă a sinelui constituie sursa tuturor suferințelor și că „realizarea *sunyata* este precum cuțitul care taie rădăcina ignoranței“.[27]

BUDISMUL TANTRIC - VAJRAYANA

Odată cu budismul tantric sau Vajrayana – cel de-al treilea vehicul, deși este o parte a școlii Mahayana − budismul tibetan cunoaște cea mai mare și grandioasă dezvoltare. Urmând calea scurtă a tantrei – cunoscută și sub numele de Vehiculul de Diamant − adeptul poate atinge iluminarea într-o singură viață, în timp ce, potrivit

crezului budist, toate celelalte căi treptate necesită un timp extrem de lung, „eon după eon“, pentru a atinge starea de *buddha*.

Tantra, un cuvânt sanscrit, se referă la conceptul de țesătură, sugerând activitate, continuitate, dar și interdependență și interrelaționare. Budismul tantric se bazează pe filosofia Madhyamika, care este în esență conceptul căii de mijloc, perspectiva lipsită de cele două extreme: eternalismul și nihilismul. Acesta nu este interesat nici de speculații teoretice și metafizice, și nici de practicile ascetice ale altor secte. Accentul său este pe metodă, pe activitate și pe continuitate. Metodele sunt complexe, uneori tulburătoare, ciudate și de neînțeles pentru cei neinițiați, sugerând superstiție primitivă și magie șamanică. Și totuși, în esență, sunt metode diferite de transformare spirituală: modalități de transmutare a oricăror și a tuturor aspectelor vieții *samsarice* – pozitive, negative sau neutre – în înțelepciunea transcendentă. Toate obstacolele, părțile negative, patimile sunt valorificate și transformate în vehicule pe calea spre iluminare. Binele și răul sunt transcense și reintegrate în fluxul esenței spirituale pure, care este, în realitate, natura ultimă a universului. Aceasta este calea directă, scurtă către eliberare, cea mai puternică, deoarece implică o revoluție radicală a conștiinței, dar nu este în niciun caz o cale ușoară sau lipsită de pericole. Este departe de a fi primitivă (în sensul negativ al termenului); dimpotrivă, este o metodă mai sofisticată de creștere spirituală și de transformare.

Mircea Eliade subliniază că există paralele între

> ... tantrism și marele curent occidental misteriosofic care, la începutul erei creștine, a apărut din confluența gnosticismului, ermetismului, alchimiei greco-egiptene și a tradițiilor misterelor.[28]

Scopul este același ca și în cazul celorlalte școli de budism, și anume iluminarea − dar aceasta este iluminarea de aici și acum, și nu dintr-un viitor inimaginabil. Această cale are ca scop înlăturarea permanentă a suferinței − unica preocupare a lui Buddha exprimată chiar în prima sa predică despre cele patru adevăruri nobile − și se bazează pe convingerea că există o alternativă în această existență la suferința vieții lumești. Este important de menționat faptul că, înainte de a intra pe calea tantrică, adeptul trebuie să fie familiarizat cu și să practice în orice moment etapele fundamentale ale școlilor Hinayana și Mahayana. Cumpătarea, conștiința de sine, antrenarea minții, compasiunea, precum și cultivarea înțelepciunii sunt aspectele fundamentale necesare înainte de a păși pe calea de diamant. De fapt, un maestru tantric din secolul al XI-lea, Atisha, „și-a bazat învățătura pe ideea că Hinayana, Mahayana și Vajrayana nu pot fi considerate separat, ci trebuie să fie văzute ca aspecte ale unei singure căi“.[29] Privind unitar cele trei *yana*, ele sunt de fapt o evoluție constantă și naturală în teoria și practica budistă.

Tantra implică continuitate − continuitatea mișcării vieții și creșterii interioare a

unei ființe umane, atunci când practica spirituală este urmată în mod conștient. Iar practica duce la o înțelegere a interconexiunii tuturor fenomenelor, a relației dintre microcosmos și macrocosmos, dintre minte și univers, dintre materie și spirit − o idee care se aseamănă izbitor cu descoperirile științei moderne.

Se poate spune că scopul budismului tantric este să pătrundă în, să valorifice și să transforme forțele dinamice ale universului, care nu sunt diferite de forțele psihologice și constelațiile arhetipale ale propriului nostru psihic. Dar acest lucru nu se poate face prin exercițiul gândirii discursive sau prin aplicarea teoriilor abstracte, ci numai prin a fi profund cufundat în practici spirituale actuale. Datorită enormei bogății a acestor practici[30], tantra a dat naștere la multe neînțelegeri și concepții greșite. În lumea occidentală a fost adesea echivalată cu magie și practici sexuale exotice.

În ceea ce privește originile tantrei, precum și similitudinea sau diferențele dintre tantrele hinduse și cele budiste, există multe controverse și niciun acord decisiv. Conform unui autor, nu a existat o anume persoană care să fi introdus tantra în budism într-un anume moment, ci mai degrabă aceasta a fost încorporată treptat de-a lungul secolelor[31]. Același autor susține că nu există diferențe fundamentale între tantrele hinduse și cele budiste[32].

Alți cercetători, cum ar fi Lama Govinda și Benoytosh Bhattacharyya, afirmă că, dimpotrivă, budismul tantric nu este un vlăstar al hinduismului tantric, așa cum susțin unele voci, ci s-a cristalizat într-o formă definitivă până în secolul al treilea d.H. Ambii oameni de știință afirmă că, în ciuda aparențelor de similitudine dintre cele două sisteme, există totuși diferențe fundamentale.

Potrivit lui Lama Govinda, diferența principală se află în conceptul de *shakti*, puterea activă și aspectul feminin creator al lui Shiva, zeul suprem. Acest aspect nu este cuprins în sistemul budismului tantric. În acesta de pe urmă ideea centrală nu este *shakti* – puterea, ci *prajna* − cunoașterea, înțelepciunea intuitivă[33]. Ar fi greu totuși să se diferențieze înțelepciunea și puterea în contextul Vajrayana. Înțelepciunea este în cele din urmă putere, chiar dacă nu puterea sabiei, ci forța capabilă să declanșeze transformarea, or budiștii vorbesc în mod repetat despre puterea minții.

Aceste aspecte este posibil să nu aibă implicații majore în ceea ce privește practica Vajrayana. Cu toate acestea, din moment ce există o confuzie considerabilă asupra acestui punct, este important să fim conștienți de ele și să recunoaștem diferențele existente, precum și echivalențele dintre cele două sisteme tantrice.

Polaritatea principiilor masculin și feminin este un concept de bază în sistemul Vajrayana, iar unirea lor este obiectivul tuturor practicilor tantrice. Prin această

unire a contrariilor întreaga dualitate este transformată într-o unitate absolută. Aceasta este cea mai înaltă realitate spirituală în calea spre iluminare − de fapt, este însăși iluminarea.

În iconografia budistă, principiul uniunii este reprezentat de zeități și consorții lor surprinși în îmbrățișări extatice și bucurându-se de extaz.

> Conform tuturor școlilor de tantra, fericirea este natura Absolutului.... Noi realizăm Absolutul atunci când ne dăm seama că noi înșine suntem fericirea perfectă. În toate experiențele noastre obișnuite care ne oferă plăcere experimentăm doar un fragment de moment din aceeași fericire care constituie natura ultimă a sinelui nostru. Dar aceste experiențe dătătoare de plăcere, datorită naturii lor extrem de limitate și profane, ne limitează la un plan inferior de viață, în loc să contribuie la evoluția noastră către realizarea de sine.[34]

Beatitudinea, *nirvana*, iluminarea devin sinonime în budismul tantric – imersiunea totală a naturii supreme a sinelui și a non-sinelui în uniunea fericirii perfecte[35]. Practicile spirituale sexoyoghine − misticismul erotic, atât de greșit înțeles în Occident − se bazează pe acest principiu: extazul sexual devine beatitudine divină și instrumentul celei mai mari realizări spirituale.

Tantrismul budist susține că trupul omului este microcosmosul care întruchipează adevărul macrocosmosului.

Realitatea absolută conține toate dualitățile și polaritățile: numen și fenomen, potențialitate și manifestare, *nirvana* și *samsara*, *prajna* (înțelepciune – principiul feminin) și *upaya* (metoda de atingere a înțelepciunii − principiul masculin), *shunya* (vidul) și *karuna* (compasiunea). Prin trupurile lor discipolii tantrici realizează uniunea celor două principii polare, care este de fapt unitatea primordială care exclude orice discriminare și include toate diferențierile. Sau, cu alte cuvinte, prin intermediul trupurilor lor, ei transcend lumea pământească și fenomenală și experimentează non-dualitatea, deplinătatea care precedă toată creația, marea fericire. Toate practicile, ritualurile și meditațiile tantrice – așa-numita *sadhana* − au ca scop această realizare.

Aceasta este dialectica contrariilor, tema filosofiei Madhyamika, Calea de Mijloc, care cuprinde și îmbrățișează totul. Dar discipolii tantrici sunt mai preocupați de cunoașterea directă a acelei stări, dobândită în actualitatea practicii lor.

> Chiar în momentul în care
>
> se naște Marea Compasiune apare,
>
> în mod evident și clar, Marele Vid.
>
> Fie să găsesc mereu această
>
> cale inconfundabilă două-într-una
>
> Și să o practic zi și noapte.[36]

Simbolul budist tibetan al lui doi-într-unul este *yab-yum*, cuplul divin tată-mamă

surprins în îmbrățișare, care este reprezentat în arta sacră tibetană și în care ambii inspiră și exprimă vizual experiențele și viziunile meditației. Lama Govinda afirmă că în aceste simboluri nu există nicio asociere, de niciun fel, cu sexualitatea fizică. Ei portretizează doar uniunea dintre principiile masculin și feminin − calitățile feminine eterne, ca și cele ale „Mamei Divine", sau înțelepciunea transcendentă... „În loc de a căuta uniunea cu o femeie din afara noastră, ar trebui să o căutăm în noi înșine... prin uniunea naturii noastre masculine și feminine în procesul meditației."[37] Lama Govinda este de părere că polaritatea sexuală trebuie să fie recunoscută doar ca o simplă manifestare a polarității universale și că ea trebuie să fie depășită.[38]

> Numai dacă suntem capabili să vedem relația dintre corp și spirit, interacțiunea fizică și spirituală, dintr-o perspectivă universală și dacă astfel vom depăși condiția de „eu" și „al meu" și întreaga structură de sentimente egoiste, opinii și prejudecăți, care produc iluzia individualității noastre separate, numai atunci ne putem ridica în sfera stării de *buddha*.[39]

Cu toate acestea, actul sexual conjugal (*maithuna*) a fost practicat de tantricii budiști ca un ritual sacru, bazat pe același concept al uniunii principiilor masculin și feminin. S. B. Dasgupta analizează argumentul tantricilor budiști în apărarea practicii lor neconvenționale a ritualului *maithuna*. Aceștia subliniază că totul depinde de puritatea minții: acțiunile motivate de și făcute cu înțelepciune și compasiune, cu o minte pură, nu pot decât să fie pure. Dar ei și avertizează că aceasta este o cale foarte periculoasă pentru neinițiați. „Ceea ce îl trage pe nesăbuitul neinițiat în abisurile dezmățului îl poate ajuta pe yoghinul inițiat să atingă iluminarea."[40] Ideea esențială este respectarea de către yoghin și yoghină a jurământului lor de a realiza orice acțiune cu o minte plină de compasiune și de înțelepciune, cu alte cuvinte, cunoscând și înțelegând natura vidă a tuturor fenomenelor. Deci, se spune că:

Așa cum unele medicamente sunt dulci la gust și în același timp, vindecă boli, tot așa este și fericirea care provine din combinația lui *prajna* (înțelepciunea) cu *upaya* (compasiunea) − distruge suferințele ușor și lin... Din nou, ceea ce pentru unul este o frânghie pentru a se spânzura poate fi pentru un altul calea care elimină orice servitute.[41]

Un alt erudit, Herbert Guenther, argumentează în mod similar în favoarea plăcerii ca fiind o stare care îmbunătățește viața. „Putem folosi expresii precum «fericire extatică» sau «extaz copleșitor» pentru a ne referi la eliberarea din sărăcirea provocată de egocentrism."[42] Iată cum vorbesc unele texte tantrice despre fericire:

> Conștientizarea stării de *buddha* care este experimentată în noi înșine
>
> Este numită Marea Fericire, deoarece este plăcerea cea mai delicioasă dintre toate plăcerile.
>
> Fără fericire nu există iluminare, pentru că iluminarea este însăși fericirea.

> La fel cum în întunericul adânc piatra lunii își răspândește lumina,
>
> Tot așa această Supremă Fericire înlătură orice suferință într-o clipită.[43]

Aceasta nu este în niciun caz hedonism; dimpotrivă, necesită o disciplină extraordinară – și numai prin disciplină consecventă se dobândește adevărata libertate. Pe drumul spre libertatea supremă orice pasiune și orice dorință trebuie să fie utilizate și transformate în înțelepciune. Acesta este principiul de bază al oricărei practici tantrice. În acest sens, este similar cu homeopatia, care funcționează pe principiul că asemănările sunt vindecate prin mijloace asemănătoare. Exact același element care cauzează o boală poate acționa ca un antidot și un remediu dacă este aplicat într-o doză potrivită.

> Adepții Vajrayana vor spune, de asemenea, că exact acțiunea care îl leagă pe un om de lumea suferinței infinite are puterea de a-l ajuta să atingă eliberarea dacă este abordată dintr-o altă perspectivă, și anume dacă sunt aplicate cunoașterea *prajna* și *upaya*.[44]

Precum în medicina homeopată, simptomele nu sunt suprimate, ci mai degrabă au tendința de a se exacerba temporar, ca un pas necesar spre eliminarea lor completă. Astfel, mânia este vindecată cu mânie, dorința cu dorință, și așa mai departe, până când toate acestea sunt transmutate în înțelepciune.

Dar avem de-a face aici cu o sabie cu două tăișuri: calea poate duce la iluminare sau la patologie. Din acest motiv, calea nu poate fi urmată fără îndrumarea unui ghid calificat și plin de compasiune, care a atins el însuși înțelepciunea. Acesta este și motivul pentru care învățăturile și practicile actuale au fost ținute secrete: pentru a obține efectul dorit și valoare, ele pot fi transmise doar prin intermediul unui învățător foarte evoluat și doar în anumite condiții corespunzătoare. Dar, de fapt, acestea sunt destinate să rămână secrete pentru cei neinițiați, deoarece, ca orice învățături ezoterice, ele pot fi comunicate numai treptat și în măsura în care ființa este gata să le primească sau, mai degrabă, să le descopere pentru sine.

În procesul de transformare și de atingere a stărilor superioare de conștiință, numeroase ajutoare sunt utilizate și o mare varietate de adorări și ritualuri sunt practicate. Acestea sunt toate concepute să implice total cele trei aspecte ale ființei noastre, care sunt trupul, vorbirea și mintea. Scopul lor este de a activa și evoca forțe puternice, dar latente de la nivelurile profunde ale inconștientului – aceasta este o confruntare cu natura noastră cea mai intimă pentru a ne trezi.

Cele trei metode de bază și cel mai des întâlnite sunt: recitarea de *mantre* (silabe sacre), implicând discursul; realizarea unor gesturi rituale (*mudre*), implicând trupul; meditația (în special vizualizarea și identificarea cu zeități), acțiune care implică mintea.

Voi reveni la aceste metode într-un capitol ulterior și voi discuta semnificația lor în detaliu, precum și simbolismul și funcția *mandalelor*. În acest moment poate fi

suficient să spunem că:

> Scopul tuturor tantrelor este de a ne învăța modalitățile prin care putem elibera lumina divină, care este în mod misterios prezentă și care strălucește în fiecare dintre noi, deși este învăluită în rețeaua insidioasă a țesăturii psihicului nostru.[45]

---

[1] Walpola Rahula, *What the Buddha Taught* (Bedford: Gordon Fraser, 1959), p. 1.

[2] Rahula, op. cit., pp. 45–50.

[3] Lama Thubten Yeshe, *Turning the Wheel*, in Wisdom Energy 2 (Ulverston: Wisdom Culture, 1979), p. 24.

[4] Edward Conze, *Buddhism* (London: Faber & Faber, 1969), p. 93.

[5] Nancy Wilson Ross, *Buddhism: A Way of Life and Thought* (New York: Vintage Books, 1981), p. 44.

[6] Gampopa, *The Jewel Ornament of Liberation* (Berkeley: Shambhala, 1971), p. 7.

[7] Charles Muses, *East-West Fire: Schopenhauer's Optimism and the Lankavatara Sutra* (London: John Watkins, 1950), p. 45.

[8] K. Venkata Ramanan, *Nagarjuna's Philosophy* (New York: Samuel Weiser, 1966), p. 145.

[9] Ibid., p. 299.

[10] Ibid., p. 297.

[11] Tenzin Gyatso, The Fourteenth Dalai Lama, *The Buddhism of Tibet and The Key to the Middle Way* (London: George Allen & Unwin, 1975), pp. 21–22.

[12] Lama Thubten Zopa Rinpoche, *The Three Principal Aspects of the Path to Enlightenment*, în Lama Thubten Yeshe și Lama Thubten Zopa Rinpoche, Wisdom Energy (Boston: Wisdom Publications, 2000), p. 75.

[13] În zen, aceasta este numită „mintea de maimuță", sărind dintr-o parte în alta.

[14] Geshe Ngawang Dhargyey, *Tibetan Tradition of Mental Development* (Dharamsala: Library of Tibetan Works and Archives, 1974), p. 58.

[15] Este interesant de observat că într-un discurs la care am asistat, un *lama* a pus semn de egal între păcat și confuzie.

[16] Lama Thubten Zopa Rinpoche, op. cit., pp. 84–86.

[17] Tenzin Gyatso, op. cit., p. 46.

[18] Am văzut și auzit deseori pacienți în psihiatrie spunând că în terapia de group uită despre problemele lor personale și viețile lor mizerabile, deoarece se află într-un proces de a încerca să ajute un coleg pacient. De asemenea, într-un proiect experimental pe care l-am realizat într-o clinică de psihiatrie, arătând scurte filme de artă pacienților cu schizofrenie sau afecțiuni și tulburări severe de altă natură, am fost impresionată de răspunsul lor pozitiv, de entuziasmul și inspirația pe care aceste filme le-au generat. Mulți pacienți mi-au spus, chiar luni mai târziu, că vizionarea săptămânală a filmelor a avut un impact

semnificativ în viețile lor plictisitoare, iar unii chiar au simțit să se bazeze mai puțin pe medicamente.

[19] Lama Thubten Zopa Rinpoche, op. cit., p. 58.

[20] Lama Thubten Yeshe, *Karma and Emptiness*, op. cit., p. 52.

[21] *Skandha*-urile din învățăturile budiste sunt agregatele noastre psihofizice: corpul nostru, sentimentele, percepțiile, impulsurile și emoțiile și conștiința elementară.

[22] Conze, op. cit., pp. 130–31.

[23] Lankavatara Sutra, tradusă de Daisetz Teitaro Suzuki (London: Routledge & Kegan Paul, 1932), p. 67.

[24] Geshe Ngawang Dhargyey, op. cit., p. 29.

[25]* Au existat numeroase controverse în Occident asupra folosirii termenilor „Madhyamaka“ sau „Madhyamika“. Mari personalități precum T. R. V. Murti, o autoritate în ceea ce privește limba sanscrită, membru al Comisiei pentru limba sanscrită înființată de către guvernul Indian în 1959, pledează pentru folosirea termenului „Madhyamika“ în toate situațiile. Alții, folosesc termenul „Madhyamaka“ pentru sistem și pentru textele sale și „madhyamikași“ pentru discipoli. În cuprinsul acestei cărți, ne vom referi la acest sistem sub denumirea de „Madhyamika“(n.ed)

[26] Dalai Lama, My Land and My People (New York: Potala, 1962), p.241.

[27] Geshe Ngawang Dhargyey, op. cit., p. 29.

[28] Mircea Eliade, Yoga, Immortality and Freedom (Princeton: Princeton University Press, 1970), p. 202.

[29] Karl Springer, “Tibetan Buddhism in theWest“, The Tibetan Journal, Vol. 1, nr. 3–4 (Autumn 1976), p. 76.

[30] Aceasta, încă o dată, este foarte mult în spiritul lui Buddha care învăța diverși oameni folosind abordări diferite, metode și filosofii ce depindeau de înclinațiile lor, de gusturi, temperamente, nivele de educație și de dezvoltare spirituală.

[31] S. B. Dasgupta, An Introduction to Tantric Buddhism (Calcutta: University of Calcutta, 1974), p. 54.

[32] Ibid., p. 145.

[33] Lama Anagarika Govinda, Foundations of Tibetan Mysticism (London: Rider & Company, 1959), pp. 94–96

[34] Dasgupta, op. cit., p. 145.

[35] Ibid., p. 146.

[36] “The Vow of Mahamudra“, de Garmapa Rinchen Dorje, in C. A. Muses, ed. Esoteric Teachings of the Tibetan Tantra (New York: Altai Press, 1961), p. 304.

[37] Lama Govinda, op. cit., p. 103.

[38] Idem.

[39] Ibid., p. 104.

[40] Dasgupta, op. cit., p. 188.

[41] Ibid., pp. 193–94.

[42] Herbert Guenther, The Tantric View of Life (Boulder: Shambhala, 1976), p. 37.

[43] Citat în ibid., p. 38.

[44] Dasgupta, op. cit., p. 187.

[45] Giuseppe Tucci, The Theory of Practice of the Mandala (New York: Samuel Weiser, 1970), p. 78.

2. Carl Gustav Jung

La două milenii și jumătate după Buddha și cu aproximativ un secol în urmă, de cealaltă parte a globului față de India, a venit pe lume Carl Gustav Jung. El s-a născut și și-a trăit întreaga viață în Elveția, în acea țară frumoasă, liniștită din inima Europei și a lumii occidentale, care nu a cunoscut războaie timp de mulți, mulți ani. Părinții și strămoșii săi de ambele părți erau oameni tradiționali, adânc înrădăcinați în teritoriul elvețian și în obiceiurile locului care dăinuiesc și nu tolerează nicio schimbare. El își iubea patria, dar încă de la o vârstă fragedă a simțit că frumusețea acesteia aparținea unui spațiu și unei epoci care depășeau cu mult limitele înguste ale acelei națiuni mici și ale societății sale neclintite. Primele sale amintiri – prima percepție a ceva mai mare, mai grandios decât el – au fost amintiri ale unor stări de uimire trăite în timp ce contempla apa albastră a lacului Constance și vârfurile albe, acoperite cu zăpadă ale maiestuoșilor Alpi. Încă de pe atunci a avut sentimentul că acela era centrul universului – nu universul părinților săi și al celor câteva milioane de elvețieni, ci un univers foarte particular regăsit în el însuși, pe care l-a văzut reflectat în apele liniștite ale lacului, extinzându-se apoi pe vârfurile Alpilor și chiar dincolo de acestea, în infinit.

În copilărie era un băiat timid, sensibil, de multe ori în conflict cu convingerile părinților și exigențele profesorilor săi. Se simțea foarte special și uneori inadaptat la școală, prin comparație cu colegii săi de clasă. Era ușor de rănit și era predispus la izbucniri de furie când i se făcea o nedreptate, cum a fost, de exemplu, atunci când profesorul său l-a acuzat că a copiat. Dar chiar în astfel de momente își căuta și își găsea refugiul în personalitatea sa Numărul Doi, așa cum obișnuia să-i spună. Această personalitate era sinele său adevărat, ajungând adânc chiar la rădăcinile omenirii, poate chiar și înainte de existența omenirii.

> Undeva adânc în sinea mea am știut mereu că eram două persoane. Unul era fiul părinților mei, care mergea la școală și care era atent, muncitor, decent curat și mai puțin inteligent decât mulți alți băieți. Celălalt era adult – bătrân, de fapt sceptic, neîncrezător, izolat de lumea oamenilor, dar

aproape de natură, de pământ, de soare, de lună, de vreme, de toate creaturile vii și, mai presus de toate, aproape de noapte, de vise și de orice «Dumnezeu» lucra direct în el.[46]

Acest „celălalt“ era o personalitate fragilă, firavă, care de multe ori îl ocolea, așa că a trebuit să meargă mai departe cu așa-numita personalitate Numărul Unu, un fals, un joc, cea care, treptat, îi mulțumea din ce în ce mai mult pe toți cei din jurul lui, dar nu și pe sine însuși. Așa că și-a continuat calea, trecând de la un succes la altul, realizând cu brio toate proiectele la care lucra. Criza din interiorul său însă, nu l-a părăsit nicicând și a fost ca un ghimpe constant care l-a îndepărtat de la ceea ce toată lumea din jurul lui se aștepta de la el: în timp ce personalitatea sa Numărul Unu era genială, personalitatea Numărul Doi suferea de durerea plenitudinii neîmplinite. Toată viața lui a fost în căutarea acestei plenitudini.

La un moment dat, a auzit de un profesor de la Viena. A mers să-l vadă și să-și prezinte omagiile, confundându-l pe acesta cu un geniu neînțeles. Au devenit prieteni apropiați și asociați. Cu toate acestea, personalitatea Numărul Doi a lui Jung s-a răzvrătit chiar de la prima lor întâlnire. Dar el a refuzat să asculte de personalitatea Numărul Doi, care era încă slabă și ascunsă la acel moment. Profesorul de la Viena a devenit celebru și, pe măsură ce faima i-a crescut, prietenia lor s-a diminuat. Abia mai târziu Jung a înțeles: nu prietenia lor a fost cea care s-a diminuat, ci personalitatea sa Numărul Doi a devenit o persoană cu drepturi depline. Profesorul de la Viena și Jung s-au despărțit. Acesta a fost cel mai mare șoc din viața lui. Evenimentul l-a aruncat într-un întuneric atât de adânc cum nu mai cunoscuse până atunci. Dar din tot acest context s-a născut întreaga sa operă.

El a lăsat în urmă nu doar pe prietenul său de la Viena, căruia i-a rămas totuși mereu recunoscător, ci și personalitatea Numărul Unu. Din acel moment Jung s-a dedicat în totalitate personalității sale Numărul Doi. Mulți oameni din toate colțurile lumii au venit să-l vadă și să-l inspire, așa cum și el îi inspira pe foarte mulți.

Singur în turnul său de fildeș, era în contact profund și intim cu totul și toată lumea care exista la acel moment, care l-a precedat și care îi urma. Într-o zi furtunoasă de la sfârșitul primăverii, la vârsta de optzeci și cinci de ani, viața sa lungă și bogată a ajuns la capăt. Personalitatea Numărul Unu l-a părăsit în cele din urmă pentru totdeauna. Dar personalitatea Numărul Doi continuă să trăiască, pentru că a existat dintotdeauna și nici nu va înceta vreodată să existe.

„Viața mea a fost într-un fel chintesența a ceea ce am scris“[47], spune C. G. Jung în introducerea la autobiografia sa. Așa că întreaga sa viață, mitul său ar trebui să fie văzute ca un tot indivizibil care a rodit treptat și continuu din propria sa sământă unică. Niciun eveniment, niciun aspect al vieții sale exterioare sau interioare nu sunt lipsite de importanță sau irelevante pentru munca sa.

Viața mea este ceea ce am făcut și munca mea științifică, inseparabile una de cealaltă. Opera este

expresia dezvoltării mele interioare, pentru că angajamentul față de conținutul inconștientului este ceea ce formează omul și produce transformările acestuia. Lucrările mele pot fi considerate opriri pe drumul propriei vieți.[48]

A existat un moment deosebit de prolific în viața lui Jung, un moment în care ideile noi care germinau urmau să-l țină ocupat pentru tot restul vieții sale. Aceasta a fost perioada de după despărțirea de Freud, când pentru un timp și-a pierdut simțul asupra realității. A fost o perioadă de confuzie, tulburări, izolare, singurătate − un haos interior. Jung a fost asaltat de vise confuze, imagini, viziuni, un val mare de material ce răbufnea din inconștient și uneori îl făcea să se îndoiască de propria-i sănătate mentală. Și într-adevăr, într-un fel nu a fost departe de o cădere psihică. Dar a fost, de asemenea, o răscruce esențială, una dintre cele mai creative opriri de-a lungul vieții sale. Aceștia au fost anii de confruntare a lui Jung cu propriul inconștient.

În acest punct ne reamintim de viziunea tânărului Siddhartha. Prințul inocent, extrem de ocrotit, este dintr-odată șocat de viziunile asupra laturii tragice a vieții − boală, bătrânețe și moarte – de unde determinarea sa de a găsi răspunsuri la misterul vieții, mai întâi fără succes, de la oameni învățați, și în cele din urmă din interiorul său, prin meditație profundă sub copacul *bodhi*. În mod similar, Jung nu a putut găsi răspunsuri la propriile întrebări nici de la Freud, nici de la oricine altcineva, din cărți sau teorii și, precum Siddhartha, a lăsat toate acestea în urmă pentru a porni să caute răspunsuri în propriul său psihic. În autobiografia sa, Jung ne mărturisește că a trebuit să se supună experienței originale el însuși. Într-o zi, s-a așezat la birou, s-a abandonat și s-a cufundat în adâncurile psihicului său, supunându-se impulsurilor spontane ale inconștientului.[49] Acesta a fost chiar începutul unui experiment care a durat mai mulți ani și a dat naștere unui material bogat, ce urma să devină mai târziu parte din cele mai importante lucrări ale lui Jung, cele mai creative contribuții ale sale.

De-a lungul acelei perioade de timp, nu doar a observat cu atenție, ci a așternut și pe hârtie și a transpus plastic prin desene propriile vise, fantezii, viziuni, toate acestea devenind parte din celebra sa „Carte Roșie“. Dar, fiind format ca om de știință, a simțit obligația de a înțelege sensul acelui material. „A trebuit să trag concluzii concrete din perspectiva pe care mi-o oferea inconștientul − și această sarcină a devenit munca de o viață.“[50] A trebuit să demonstreze că experiențele sale foarte personale, subiective, erau experiențele potențiale ale întregii omeniri, pentru că erau o parte inerentă a naturii psihicului.[51] A fost, totuși, un mod revoluționar în metodologia științifică, „un nou mod de a vedea lucrurile.“[52]

Mai presus de toate, Jung a trebuit să dovedească faptul că propriile sale experiențe erau reale, trăite și de alții − faptul că inconștientul era o realitate psihică demonstrabilă, dar care avea propriul stil și vorbea propriul limbaj, și anume

limbajul universal al imaginilor și simbolurilor. Mai mult, Jung a devenit conștient de faptul că experiența dobândită prin sondarea inconștientului trebuie să fie transpusă într-o obligație etică.

> A nu face acest lucru este sinonim cu a cădea pradă principiului puterii, iar aceasta produce efecte periculoase care sunt distructive nu numai pentru alții, ci chiar pentru cunoscător. Imaginile din inconștient sunt o responsabilitate mare pentru om. Imposibilitatea de a le înțelege sau tendința de a manifesta o eschivare de la responsabilitatea etică îl privează de plenitudinea sa și impune un caracter fragmentar dureros vieții sale.[53]

Acest gând este o reminiscență a principiilor etice budiste, așa cum sunt acestea enunțate în calea nobilă cu opt brațe, în special în ceea ce privește acțiunea dreaptă și meditația dreaptă. Suferința personală nu poate fi eliminată și nici plenitudinea individuală nu poate fi realizată atunci când conduita etică nu este respectată. Jung a înțeles, la fel cum Buddha subliniase cu mult timp în urmă, că doar preocupările egocentrice, care nu țin cont de ceilalți, duc la confuzie. Astfel, pentru a avea cu adevărat o semnificație, cunoștințele dobândite prin contactul cu inconștientul – prin „meditația dreaptă“ – trebuie să devină o parte integrantă a vieții cuiva, trebuie transpuse în „acțiunea corectă.“

După aproximativ șase ani de luptă aprigă cu întunericul inconștientului său, Jung a început să aibă primele străfulgerări de lumină. Zorii au apărut când a început să schițeze *mandale* – câte una nouă în fiecare zi. *Mandala*, cuvântul sanscrit pentru cerc, este modelul circular regăsit în toate elementele naturii, precum și în toate formele de artă și de dans de-a lungul istoriei. Este, de asemenea, o imagine ce-și are originea în adâncurile psihicului uman și care apare spontan, asumându-și multe și variate forme. De obicei capătă formă în vremuri de dezorganizare și haos interior, iar acesta este modul naturii de a restabili echilibrul și ordinea. Jung a descoperit, prin propria-i experiență, că fiecare *mandala* pe care o desena era o expresie a stării sale interioare din acel moment specific. Pe măsură ce starea sa psihică se schimba, tot așa făcea și *mandala* pe care o schița spontan. A ajuns la concluzia că *mandala* reprezintă „formarea, transformarea și odihna eternă a Minții Eterne.“[54] În același timp, și-a dat seama că eforturile pe care le depunea în mod conștient, determinate, ca să spunem așa, de personalitatea sa Numărul Unu, erau subminate de o forță mai puternică care l-a silit să urmeze o cale diferită. Cu alte cuvinte, nu putea alege un scop, ci mai degrabă scopul l-a ales pe el.

> A trebuit să mă las purtat de curent, fără a avea nicio noțiune despre locul în care m-ar conduce. Cu toate acestea, când am început să desenez *mandale*, am văzut că totul, toate căile pe care le urmam, toți pașii pe care i-am făcut duceau la un singur punct, și anume la punctul de mijloc. A devenit din ce în ce mai clar pentru mine că *mandala* este centrul. Este exponentul tuturor căilor. Este calea către centru, către individuație.[55]

Astfel, puternica și persistenta întrebare din mintea sa și-a aflat răspunsul – întrebarea cu privire la ceea ce reprezintă tot acest proces și care este destinația sa.

Scopul era Sinele, alfa și omega dezvoltării psihice, pentru că Sinele este *proto-imaginea* din care persoana apare și punctul culminant al creșterii sale.

Și atunci Jung a avut un vis care era o reprezentare simbolică a situației sale din acel moment (întuneric și izolare, dar și apariția unei viziuni de lumină și înflorire a unei noi vieți), care prin imagistica sa elaborată și inconfundabilă indica drept scop centrul, Sinele.

> Prin acest vis am înțeles că Sinele este principiul și arhetipul orientării și al semnificației. În aceasta constă funcția sa de vindecare. Pentru mine, această perspectivă a însemnat o abordare a centrului și, prin urmare, a scopului. Așa a apărut o primă sugestie a mitului meu personal.[56]

Acesta a fost un eveniment de o importanță extraordinară, un punct de cotitură în viața și opera lui Jung. A fost punctul culminant al confruntării sale cu inconștientul, cei șase ani de luptă solitară cu adâncimile întunecate ale psihicului său. Jung descrie acești ani drept

> cei mai importanți din viața mea – în această perioadă tot ce a fost esențial a fost decis. Totul a început atunci; detaliile de mai târziu sunt doar suplimente și clarificări ale materialului care a răbufnit din inconștient și care, la început, m-a copleșit. Asta a fost *prima materia* pentru munca de o viață.[57]

Pe parcursul acelor ani a descoperit inconștientul colectiv și a dezvoltat conceptele de „arhetipuri“ și „Sine“. Dar avea încă și mai mult de lucru: toate fanteziile și materialul care s-au revărsat asupra lui din inconștient și revelațiile pe care le-a câștigat trebuiau să fie construite pe o fundație solidă de teorie științifică. Acest lucru s-a realizat treptat, pe măsură ce Jung a făcut cunoștință cu alchimia.

În alchimie a descoperit că, spre deosebire de creștinism, principiul feminin este la fel de important ca cel masculin. Simbolurile alchimice, „acele vechi cunoștințe“ ale lui Jung, l-au fascinat.[58] Dar a început într-adevăr să le înțeleagă după ce a citit un text alchimic chinezesc, Secretul Florii de Aur.[59] Acesta a fost, cel mai probabil, și începutul interesului său pentru filosofiile și tradițiile spirituale orientale. Pentru Jung, „secretul alchimiei consta în ... transformarea personalității prin amestecul și fuziunea componentelor nobile cu cele de bază ... a conștientului cu inconștientul.“[60] În alchimie a găsit o corespondență cu psihologia sa, ceea ce a constituit o confirmare a valabilității operei sale. Acesta nu a fost însă produsul final al călătoriei creative a lui Jung, pentru că el nu s-a oprit la psihologie, ci a mers dincolo de aceasta.

INCONȘTIENTUL COLECTIV

Cea mai mare contribuție a lui Jung în domeniul psihologiei a fost teoria sa asupra inconștientului colectiv. A argumentat că acest concept nu era doar o idee speculativă sau un postulat filosofic, ci că exista o dovadă empirică a acestuia.[61] El

definește inconștientul colectiv ca parte a psihicului care își datorează existența exclusiv eredității, și nu experiențelor personale care au fost conștiente la un moment dat și apoi au dispărut din conștiință. Acesta din urmă este stratul psihicului pe care el îl numește inconștient personal și care conține întregul material pe care individul doar l-a uitat sau l-a reprimat, fie în mod deliberat, fie neintenționat.[62]

Astfel, Jung face distincția între inconștientul personal, psihicul subiectiv, și psihicul obiectiv pe care el îl numește impersonal, transpersonal sau inconștient colectiv. El a descoperit inconștientul colectiv prin propriile sale vise și viziuni, precum și prin cele ale pacienților săi, inclusiv fanteziile schizofrenicilor. A observat că tot acest material conținea de multe ori motive mitologice și simboluri religioase. Jung a ajuns atunci la următoarea concluzie:

> În plus față de conștiința noastră imediată, care este de natură cu totul personală și despre care noi credem că este singurul psihic empiric (chiar dacă am considera inconștientul personal doar un apendice), există un al doilea sistem psihic colectiv, universal și de o natură impersonală care este identic în toți indivizii. Acest inconștient colectiv nu se dezvoltă individual, ci este moștenit. Se compune din forme preexistente, arhetipale, care pot deveni conștiente doar în plan secundar și care dau o formă definită anumitor aspecte psihice.[63]

ARHETIPURI

Potrivit lui Jung, arhetipurile – conținutul inconștientului colectiv – sunt analoage instinctelor. Ambele sunt forțe dinamice fundamentale în personalitatea umană care își urmăresc obiectivele inerente, în psihic, respectiv în organismele fiziologice. Jung se referă, de asemenea, la arhetipuri ca la imagini primordiale, „cea mai veche și cea mai universală formă de gândire a omenirii. Ele sunt în aceeași măsură sentimente și gânduri.“[64] Dar trebuie subliniat faptul că arhetipurile nu sunt idei moștenite; ele sunt doar înclinațiile din psihicul uman care se pot exprima în forme și cu semnificații specifice atunci când acestea sunt activate.

> Există la fel de multe arhetipuri câte situații tipice există în viață. Repetarea fără de sfârșit a gravat aceste experiențe în constituția noastră psihică, nu sub formă de imagini pline de conținut, ci la început numai ca *forme fără conținut*, reprezentând doar posibilitatea unui anumit tip de percepție și acțiune. Când apare o situație care corespunde unui anumit arhetip, acel arhetip se activează și apare o compulsiune, care, la fel ca o pornire instinctuală, își croiește drum împotriva oricăror raționamente și a Voinței...[65]

În dezvoltarea conceptului de arhetipuri și a dinamismului lor, Jung citează un exemplu remarcabil: geneza ideii de conservare a energiei, atribuită lui Robert Mayer în secolul al XIX-lea. Acesta nu era un fizician care ar fi putut fi preocupat în mod natural de un astfel de concept, ci era medic, iar ideea i-a venit în cel mai extraordinar mod, în timpul unui voiaj la tropice. Iată ce a scris Mayer despre experiența și descoperirea lui:

> Sunt departe de a fi pus cap la cap toată această teorie doar stând la biroul meu. [Apoi raportează anumite observații fiziologice pe care le făcuse ... în calitate de doctor pe navă.] Acum, dacă cineva dorește să fie clar în ce privește fiziologia, unele cunoștințe de bază ale proceselor fizice sunt esențiale, cu excepția cazului în care se preferă lucrul doar dintr-o perspectivă metafizică, ceea ce mie mi se pare extrem de dezgustător. Prin urmare, am rămas credincios fizicii și m-am limitat la subiectul acesta cu așa multă dăruire încât, chiar dacă mulți ar putea râde de mine pentru asta, am acordat foarte puțină atenție acelui colț de pe glob în care ne aflam. Am preferat să rămân la bord, unde astfel puteam lucra fără a fi întrerupt și unde mi-am petrecut multe ore *inspirat*, fapt de care nu îmi mai amintesc cu ușurință nici înainte de a se fi produs și nici după aceea. Unele străfulgerări de gândire care m-au încercat în timp ce călătoream pe drumurile din Surabaya au fost urmărite atent și asiduu imediat și, rând pe rând, duceau la subiecte noi. Acele linii directoare s-au dus, dar examinarea tăcută a ceea ce a ieșit apoi la suprafață din mine m-a învățat că este un adevăr care nu poate fi simțit doar subiectiv, ci chiar dovedit în mod obiectiv. Rămâne de văzut dacă acest lucru poate fi realizat de un om atât de puțin experimentat în fizică cum sunt eu.[66]

Întrebarea pe care Jung și-a adresat-o sieși este: de unde provine această idee nouă care s-a impus în conștiință și care este forța din spatele acesteia care copleșește personalitatea? Iar răspunsul poate fi găsit doar în aplicarea teoriei sale referitoare la arhetipuri, care spune următoarele: „ideea de energie și conservare a acesteia trebuie să fie cu siguranță o imagine primordială care s-a aflat în stare latentă în inconștientul colectiv".[67] Jung demonstrează apoi că o astfel de imagine primordială a existat într-adevăr din cele mai primitive timpuri, fiind exprimată în multe și variate forme, cum sunt de exemplu ideea de demonism, putere magică, nemurirea sufletului și multe altele. Noțiunea de energie, conservarea, sau, mai degrabă transmutarea acesteia reprezintă conceptul central al tuturor tantrelor.

SINELE

După cum s-a menționat deja, există nenumărate arhetipuri, dar cel care le cuprinde pe toate celelalte, arhetipul chintesență, este Sinele. Acesta este principiul organizator, de ghidare și unificare, cel care dă personalității direcția și sensul în viață. Acesta este începutul, sursa personalității și obiectivul său final, punctul culminant al evoluției individuale, care este realizarea de sine. Sinele este *homo totus*, omul atemporal, care exprimă nu numai individualitatea sa unică și plenitudinea, ci este în același timp simbolul divinității omului atunci când acesta atinge cosmosul, microcosmosul său reflectând astfel macrocosmosul.

> Dintr-o perspectivă intelectuală, Sinele nu este nimic mai mult decât un concept psihologic, un construct care servește la exprimarea unei esențe necunoscute pe care nu o putem înțelege ca atare, deoarece, prin definiție, transcende puterea noastră de înțelegere. Ar putea la fel de bine să fie numit «Dumnezeu din noi». Începuturile întregii noastre vieți psihice par a fi înrădăcinate indisolubil în acest punct și toate scopurile noastre cele mai înalte și esențiale par să aspire către acesta.[68]

De asemenea, Jung se referă la Sine ca fiind atât unitemporal și unic, precum și universal și etern, unul exprimând esența umană, iar celălalt fiind o imagine a lui Dumnezeu, un simbol arhetipal.[69]

INDIVIDUAȚIA

Între etapele sinelui ca sursă originală și Sinele ca un scop, în destinația sa ultimă, există un proces continuu de dezvoltare, pe care Jung l-a numit procesul de individuație, de integrare a personalității. Acest proces psihic arhetipal, universal, este autonom și inconștient și și-a urmat cursul din timpuri imemoriale. Este o ilustrare a strădaniei psihicului de a armoniza conținutul conștient cu cel inconștient, este nevoia naturală și spontană de realizare de sine și plenitudine, este căutarea sensului. La nivel colectiv, a fost exprimat într-o multitudine de mituri și simboluri, prin care omenirea și-a transpus în exterior experiențele interioare. La nivel individual, deși procesul este permanent deoarece psihicul nu se odihnește niciodată, acesta poate rămâne pur inconștient sau poate deveni o sarcină conștientă. Dacă va duce într-o direcție sau în alta, depinde de intervenția conștiinței. Diferența dintre cele două drumuri este extraordinară, iar rezultatul acestora de o mare anvergură. În cazul în care conștiința nu este implicată, „sfârșitul rămâne la fel de întunecat ca și începutul". În celălalt caz, „personalitatea este inundată de lumină", iar conștiința este extinsă și sporită.[70]

Prin intermediul alchimiei și al simbolismului său, Jung a devenit conștient de faptul că transformarea personalității are loc în interacțiunea dintre ego și inconștient, din care apare o ființă nouă, unificată. Este o ființă nouă, dar nu complet nouă, pentru că a fost mereu acolo, în stare latentă și ascunsă în haosul inconștientului. Procesul necesită o comunicare deschisă între mintea conștientă și omologul său inconștient, o sensibilitate la semnalele inconștientului, care se exprimă prin simboluri. Acesta este dialogul constant între exterior și interior, între viața lumească și dimensiunile sale simbolice − vise, fantezii, viziuni.

Sarcina dificilă a confruntării conștiente cu inconștientul are ca efect creșterea conștiinței, diminuarea puterilor suverane ale inconștientului și reînnoirea și transformarea personalității. Această schimbare, care este obiectul central al alchimiei și al psihoterapiei lui Jung, se realizează prin principiul pe care Jung l-a numit funcția transcendentă.[71]

Într-adevăr, este mai mult decât o sarcină dificilă și de multe ori dureroasă, așa cum însuși Jung a experimentat. Este o luptă între două forțe opuse, fiecare susținându-și propriile drepturi, lupta dintre rațiune și raționalitate versus haos și iraționalitate. În același timp, trebuie să fie o colaborare între atitudinile conștiente și inconștiente ale psihicului: conștiința trebuie să țină seama de omologul său inconștient, trebuie să asculte vocile interioare, astfel încât acesta din urmă să coopereze cu conștiința, în loc să o tulbure.

> Confruntarea dintre cele două poziții generează o tensiune încărcată de energie și creează un al treilea lucru, însuflețit – nu un hibrid logic fără de viață... ci o mișcare din suspensia între

contrarii, o naștere vie care duce la un nou nivel al ființei...[72]

Având în vedere că procesul vizează transformarea totală a personalității, nimic ce ține de aceasta, niciun aspect al său nu trebuie să fie exclus.[73] Și împlinirea acestei uniri a contrariilor, cu scopul de a crea o viață nouă, și nu un hibrid neînsuflețit, trebuie să se realizeze nu doar prin Logos, principiul rațional, ci și prin Eros, principiul relaționării, al înrudirii.[74]

Prin urmare, individuația duce de la unitate, gol, starea nediferențiată de inconștiență, *participation mystique*[75] (participare mistică), la o diferențiere tot mai mare, la supremația eului, la unitate, din nou la gol, la vid, care a devenit plinătate – la Sine, la *mandala*. Sfârșitul s-a reunit cu începutul, iar scopul final a atins sursa originală.

ALCHIMIA

Evoluția personalității sau, așa cum a numit-o Jung, procesul de individuație, a fost exprimată în diferiți termeni de simbolismul alchimiei. Chiar dacă alchimiștii și-au trasat sarcina de a revela secretele materiei și ale transformării chimice, munca lor a reflectat în primul rând un proces psihic paralel, care a întâlnit o rezonanță puternică în mintea lui Jung și a avut un impact enorm asupra muncii sale.

Pentru Jung, experimentele chimice ale alchimiștilor și întregul *opus* alchimic au avut un caracter psihic, mai degrabă decât a fi o căutare a secretului producerii aurului. Alchimiștii înșiși au proclamat că „*Aurum nostrum non est aurum vulgi*“. (Aurul nostru nu este aurul obișnuit.)[76] În timp ce lucra în laboratorul său, alchimistul avea anumite experiențe psihice pe care le atribuia proprietăților materiei; Jung credea că, de fapt, acesta se confrunta cu propriul inconștient. „În încercarea de a o explora [materia] el își proiecta inconștientul în întunericul materiei cu scopul de a o ilumina.“[77]

În general, s-a considerat că scopul alchimiei este de a produce o substanță miraculoasă, aurul, un panaceu, un elixir de viață. În realitate, mai presus și dincolo de acest fapt, însăși esența tuturor lucrărilor alchimice era un exercițiu spiritual al cărui scop era nimic altceva decât transformarea spirituală, eliberarea Dumnezeului din întunericul materiei.[78] Abundența năucitoare a simbolismului alchimic, complicat și de multe ori grotesc, descrie pictural procesul de transformare de la somnul psihic la trezire și etapele ce survin de-a lungul acestei călătorii. Jung a găsit în acest simbolism o ilustrare a ceea ce el a numit procesul de individuație: dezvoltarea treptată a ființei de la o stare inconștientă la o stare conștientă și procesul de vindecare care stă la baza acestuia.[79]

În alchimia europeană medievală, pe care a descoperit-o prin intermediul

alchimiei chineze, Jung a găsit rădăcinile spirituale ale unei tradiții occidentale ce surprindea aceeași problematică care l-a preocupat întreaga sa viață. Astfel, alchimia i-a oferit un fundament istoric, precum și o validare a propriilor sale constatări.

La fel ca în psihologia lui Jung, contrariile și unirea lor joacă un rol major în procedeul alchimic. Uniunea este forța motivantă și scopul procesului. Dar, la începutul procesului, contrariile formează un dualism, conceput în numeroși termeni, cum ar fi: superior și inferior, rece și cald, spirit (suflet) și trup, cer și pământ, luminos și întunecat, activ și pasiv, prețios și ieftin, bun și rău, deschis și ascuns, interior și exterior, Est și Vest, zeu și zeiță, masculin și feminin.[80]

Contrariile principale sunt conștientul și inconștientul, ale căror simboluri sunt Sol și Luna – soarele și luna − unul reprezentând partea diurnă și celălalt latura nocturnă a conștiinței, principiile masculin și feminin. Substanțele alchimice corespunzătoare sunt sulful și sarea. Sulful, din cauza asocierii sale cu soarele, este principiul masculin care exprimă conștiința. În textele alchimice este menționat ca „sămânța bărbătească și universală“, „spiritul puterii generative“, „sursa iluminării și a întregii cunoașteri“. El are un caracter dublu: în forma sa inițială brută, arde și corodează și are un miros puternic, deranjant, dar atunci când este transmutat, „curățat de toate impuritățile, este materia pietrei noastre.“[81] Sarea, datorită asocierii sale cu luna, este principiul feminin și exprimă diferite aspecte ale inconștientului. La fel ca sulful, sarea posedă o natură dublă: în forma sa nerafinată, venind din mare, este amară și dură, așa cum sunt lacrimile și durerea, dar, în același timp, este mama înțelepciunii atunci când este transmutată. La fel ca principiul Eros, aceasta conectează totul. Sarea este, de asemenea, asociată cu pământul și ca atare reprezintă Marea Mamă și arhetipul divinității feminine.

Începând cu substanța originală, *prima materia* (materia primă) care conține contrariile, sarcina alchimistului este de a le armoniza, pentru a le aduce în unitate, care culminează cu „nunta alchimică“, desăvârșirea operei sale. Jung postulează că, la nivel psihologic, unirea contrariilor nu poate fi realizată doar de egoul conștient − prin rațiune, analiză − care separă și divide, și nici doar de inconștient, care unește, ci are nevoie de un al treilea element, funcția transcendentă. În același mod, pentru ca unirea să aibă loc, alchimistul avea nevoie de un al treilea factor, unul intermediar, care era Mercurius (mercur). Astfel, există sulful − principiul masculin, sarea − contrapartea sa feminină și mercurul − substanța care este atât lichidă, cât și solidă. Prin natura sa, Mercurius este androgin și împărtășește atât elementele masculine, cât și pe cele feminine; prin el însuși unește spiritualul cu fizicul, culmile cu abisurile.

Alchimia este plină de paradoxuri, tot așa cum este și opera lui Jung, din

moment ce paradoxurile sunt singura cale prin care se poate exprima cât de cât inexprimabilul – fenomenele psihicului care pot fi percepute doar prin experiență directă.[82] Misteriosul Mercurius este paradoxul *par excellence*. Imaginația fertilă a alchimiștilor a găsit nenumărate sinonime pentru Mercurius și descrierile cele mai fantastice pentru atributele sale. Iată în continuare un exemplu, preluat dintr-un tratat alchimic, în care alchimistul îi cere naturii să-i spună despre fiul ei Mercurius, iar ea răspunde:

> Să știi că am un singur astfel de fiu; el este unul din șapte și primul dintre ei; și, deși el este acum toate lucrurile, la început a fost doar unul. În el sunt toate cele patru elemente, și totuși el nu este un element. Este un spirit, și totuși are un trup; este bărbat, dar înfăptuiește ceea ce face o femeie; este un băiețel, dar poartă armele unui bărbat; este o fiară, dar are aripile unei păsări. Este otravă, dar vindecă lepra; este viață, dar ucide toate lucrurile; este un rege, și totuși un altul șade pe tronul său; fuge de foc, dar focul este luat de la el; este apă, dar nu udă mâinile; este pământ, și totuși este semănat; este aer și trăiește prin apă.[83]

Jung a recunoscut în aspectele multiple și paradoxale ale lui Mercurius o reflectare a naturii sinelui, care este o *complexio oppositorum* (unire a contrariilor) și trebuie să fie în mod necesar astfel pentru a simboliza totalitatea, complexitatea omului. Pentru Jung, Mercurius reprezenta nu numai sinele, ci însuși procesul de individuație și, datorită nenumăratelor sale nume, reprezenta și inconștientul colectiv.[84]

Prima etapă a procesului alchimic era etapa neagră, *nigredo*, caracterizată prin confuzie, frustrare, depresie, „noaptea întunecată a sufletului“ a Sfântului Ioan al Crucii, în care totuși sunt conținute toate posibilitățile și semințele dezvoltării viitoare. Apoi, pe măsură ce focul din retorta alchimică, focul psihic, curăță, purifică elementele, apare cea de-a doua fază, faza albă, *albedo*. Acesta este stadiul de clarificare și intensificare a vieții și a conștiinței. Faza finală este etapa roșie, atunci când se ajunge la concluzia dramei: procesul chimic de *coniunctio* (unirea contrariilor, nunta alchimică), apariția pietrei filozofale și, în același timp, desăvârșirea sintezei psihice – apariția Sinelui.

Ce este piatra filozofală, lapisul? S-a spus că ea vindecă și aduce tinerețe veșnică. Pentru Jung, „lapisul este o entitate fabuloasă de dimensiuni cosmice care depășește înțelegerea omenească“. Tot așa cum „desăvârșirea umană, Sinele, este prin definiție dincolo de orice limită a cunoașterii“.[85]

Cu toate acestea, pentru alchimistul Gerhard Dorn, lapisul nu era finalizarea operei. Conjuncția finală și cea mai înaltă era unirea întregii ființe umane cu *unus mundus*, lumea unică. Acesta este momentul în care psihicul individual atinge eternitatea, în care identitatea personală se reunește cu planul transpersonal. Acesta este evenimentul numinos, misterul *unio mystica* sau, cum este cunoscut în tradițiile orientale, experimentarea stării de *tao*, *samadhi* sau *satori*.[86]

Jung a concluzionat că fazele procedurilor alchimice, reconcilierea contrariilor în unitate sunt de fapt paralele ale etapelor procesului de individuație.[87] În visele sale, precum și în cele ale pacienților săi, el putea desluși uneori o ilustrare a unei *mandala*, simbolizând multiplicitatea lumii fenomenale în cadrul unei stări de unitate fundamentală. Simbolismul *mandalei* reprezintă echivalentul psihologic al *unus mundus*, în timp ce echivalentul său parapsihologic este conceptul de sincronicitate al lui Jung.

SINCRONICITATEA

Toate descoperirile lui Jung au fost însoțite de vise sau evenimente sincronistice care indicau calea sau îi ofereau confirmarea că se îndrepta în direcția cea bună. În perioada în care desena cu sârguință *mandale*, a produs un tablou cu un castel de aur. Pictura era deosebit de interesantă, datorită influenței sale chinezești, și l-a nedumerit complet. La scurt timp după aceea, a primit de la sinologul Richard Wilhelm o copie a Secretului Florii de Aur, un vechi text alchimic chinez, care a marcat începutul fascinației lui față de alchimie. Evenimentul primirii manuscrisului chinez a fost unul de natură sincronistică și, în plus, a avut legătură cu pictarea unei *mandale* de către Jung.

Această coincidență izbitoare, acest eveniment unic conținea în sine atât simbolismul *mandalei*, cât și principiul sincronicității, și anume expresia dublă a *unus mundus* – cea psihologică și cea parapsihologică. Și într-adevăr, Jung a simțit efectul puternic pe care individul îl experimentează în momentele de confruntare cu *unus mundus*. Acest eveniment a avut loc în momentul în care ciclul înstrăinării sale se apropia de sfârșit. În autobiografia sa Jung își amintește: „Acela a fost primul eveniment care a pus capăt izolării mele. Am devenit conștient de o afinitate: puteam stabili legături cu ceva și cineva.“[88] Poate că nu este o simplă coincidență faptul că Jung a anunțat lumii pentru prima dată conceptul de sincronicitate într-o notă memorială adresată prietenului său Richard Wilhelm, omul care a jucat un rol atât de important într-o perioadă crucială din viața lui Jung.

Sincronicitatea este cel mai abstract și mai evaziv dintre conceptele lui Jung. El descrie sincronicitatea drept „*o coincidență semnificativă* a două sau mai multe evenimente, în care altceva decât probabilitatea șansei sau a norocului este implicat“.[89] Conexiunile evenimentelor nu sunt rezultatul principiului cauzei și efectului, ci a altceva, denumit de Jung principiul de conectare acauzală. Factorul critic este sensul, experiența subiectivă care ajunge la persoana în cauză: evenimentele sunt conectate într-un mod semnificativ, cu alte cuvinte, evenimentele din lumea interioară cu cea exterioară, invizibilul cu tangibilul, mintea cu universul fizic. Producerea acestor evenimente la momentul potrivit se

poate întâmpla doar fără intervenția conștientă a egoului. În schimb, aceasta se pregătește în inconștientul psihicului, și este ca și cum psihicul ar avea propriul design secret, indiferent de dorințele conștiente ale egoului. Astfel de evenimente sincronistice, de proporții mai mici sau mai mari, apar la majoritatea oamenilor în viața lor de zi cu zi, dar la fel ca și în cazul viselor, dacă nu le recunoaștem și nu le acordăm atenție, acestea rămân nesemnificative.

Jung dă exemple din practica sa, când pacienții pe care îi trata aveau parte de coincidențe stranii care îi puneau în contact cu un nivel mai profund decât conștient de experiență și îi convingeau într-un mod dramatic, fără echivoc, de realitatea și nelimitarea inconștientului. De un deosebit interes este cazul tinerei bine educate, care, cu mintea ei logică, unilaterală, se încăpățâna să nu răspundă la eforturile lui Jung de a-i domoli raționalismul. Într-o zi, în timp ce ea îi povestea visul din noaptea precedentă, care implica un scarabeu de aur ce îi fusese dăruit, o insectă zburătoare se tot lovea de fereastră, încercând evident să intre în cameră. Jung a deschis fereastra, a lăsat insecta să intre și a prins-o. Insecta s-a dovedit a fi un cărăbuș verde-auriu, foarte asemănător cu scarabeul din visul tinerei.

> I-am dat cărăbușul pacientei mele și i-am spus: «Uite și scarabeul tău». Această experiență a produs breșa dorită în raționalismul ei și a spart gheața rezistenței sale intelectuale. Tratamentul putea fi acum continuat cu rezultate satisfăcătoare.[90]

În dezvoltarea conceptului său de sincronicitate, Jung se referă la descoperirile fizicii teoretice moderne, de la care a învățat că predicția și cauzalitatea nu mai sunt valabile în lumea microfizică.[91] El a concluzionat că există un fond comun între microfizică și psihologia lui profundă.[92]

În același timp, Jung s-a aplecat asupra filosofiei antice chineze și a recunoscut o corespondență între sincronicitate și ideea inefabilă de *tao*. Mai precis, Jung a avut experiențe personale cu *I Ching*, versiunea chineză a *Cărții schimbărilor* și cu metoda ei. Acestea l-au inspirat profund și l-au ajutat în dezvoltarea conceptului de sincronicitate. Cele două structuri conceptuale aparent opuse, raționamentul științific și intuiția filosofică, nu sunt deloc contradictorii. În cartea sa, *Taofizica*, Fritjof Capra se concentrează tocmai pe acest punct și susține că există paralele strânse între conceptele de bază ale fizicii moderne și învățăturile mistice orientale. Descoperirile fizicii teoretice au revelat un univers care este în realitate un proces armonios, unificat, o rețea dinamică de elemente interdependente. Acesta este exact fundamentul gândirii budiste și al filosofiei taoiste. Iar pentru Jung, evenimentele sincronistice indică „o armonie profundă între toate formele de existență."[93] Atunci când sunt experimentate ca atare, momentele sincronistice devin evenimente extrem de puternice, ceea ce îi conferă individului un sentiment de transcendere a timpului și a spațiului.

[46] C. G. Jung, Memories, Dreams, Reflections (New York: Vintage Books, 1961), pp. 44–45.

[47] Jung, op. cit., p. xii.

[48] Ibid., p. 222.

[49] Ibid., p. 179.

[50] Ibid., p. 188.

[51] Ibid., p. 194.

[52] Ibid., p. 195.

[53] Ibid., p. 193. (Italics added.)

[54] Ibid., p. 196.

[55] Idem.

[56] Ibid., p. 199.

[57] Idem.

[58] Ibid., p. 204.

[59] Idem.

[60] C. G. Jung, Two Essays on Analytical Psychology (Princeton: Princeton University Press, 1966), p. 220.

[61] C. G. Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious (Princeton: Princeton University Press, 1969), p. 44.

[62] Ibid., p. 42.

[63] Ibid., p. 43.

[64] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, p. 66.

[65] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 48.

[66] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, p. 67.

[67] Ibid., p. 68.

[68] Ibid., p. 238.

[69] C. G. Jung, Aion (Princeton: Princeton University Press, 1959), p. 63.

[70] C. G. Jung, “Answer to Job“, in Psychology and Religion: West and East (Princeton: Princeton University Press, 1969), p. 468.

[71] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, p. 219.

[72] Jung, The Structure and Dynamics of the Psyche (Princeton: Princeton University Press, 1969), p. 90.

[73] Ibid., p. 91.

[74] Russell Lockhart, “Eros in Language, Myth, and Dream“ Quadrant (Fall 1978), p. 66.

[75] Termen folosit de către Levy-Bruhl ce descrie natura elementară a mentalității primitive.

[76] C. G. Jung, Psychology and Alchemy (Princeton: Princeton University Press, 1968), p. 34. “Aurul nostru nu este un aur obișnuit. Este aurul din interiorul nostru.

[77] Jung, Psychology and Alchemy, p. 244.

[78] Ibid., p. 312.

[79] Jung, Aion, p. 264.

[80] C. G. Jung,Mysterium Coniunctionis (Princeton: Princeton University Press, 1970), p. 3.

[81] Ibid., pp. 106–11.

[82] *Koan*-urile zen au o astfel de funcție.

[83] Citat in Ralph Metzner, Maps of Consciousness (New York: Macmillan Publishing Co., 1971), pp. 94–95.

[84] C. G. Jung, Alchemical Studies (Princeton: Princeton University Press, 1967), pp. 237–41.

[85] Jung, Mysterium Coniunctionis, p. 63.

[86] Ibid., pp. 534–40.

[87] Ibid., pp. 554–56.

[88] Jung, Memories, Dreams, Reflections, p. 197.

[89] Jung, The Structure and Dynamics of the Psyche, p. 520.

[90] Ibid., pp. 525–26.

[91] Ibid., pp. 421–22.

[92] Jung, Mysterium Coniunctionis, p. 538.

[93] Jung, Aion, p. 261.

3. Metodele psihologiei jungiene și budismul tibetan

VINDECAREA SUFLETELOR

În lucrarea *Amintiri, vise, reflecții*, Jung spune că sarcina sa este „vindecarea sufletelor".[94] Spre deosebire de majoritatea psihoterapiilor convenționale, ale căror obiective sunt practic doar niște ajustări ale personalității și o vindecare a simptomelor prin aplicarea de tehnici terapeutice manipulative, psihoterapia lui Jung aspiră la vindecarea sufletului, la o abordare a numinosului. Scopul nu este numai cel de vindecare a patologiei, ci, mai presus de toate, desăvârșirea unei plenitudini individuale sau a realizării de sine. Ascunsă în profunzimea fiecărei ființe umane există o sămânță a întregii dezvoltări viitoare, care, în sensul său profund, este o sămânță de divinitate, iar sarcina profundă a psihoterapiei lui Jung este de a ajuta această sămânță să se dezvolte și să atingă maturitatea potențialului său maxim. Care sunt metodele pe care Jung le-a dezvoltat pentru a atinge acest obiectiv? Jung ne spune că în procesul natural de individuație a găsit un model și un principiu călăuzitor pentru metoda sa de tratament.[95] Procesul de individuație este în esență un proces inconștient, autonom, în care psihicul, prin nevoia sa naturală și spontană pentru plenitudine, se străduiește să armonizeze conținutul conștient cu cel inconștient. Astfel, terapeutul, spune Jung, „trebuie să urmeze natura ca pe un ghid" și intervenția lui sau a ei este „mai puțin o chestiune de tratament, decât de dezvoltare a posibilităților creative latente care există în pacient."[96]

Jung a observat că aceia dintre pacienții săi care au reușit să se elibereze de sub tirania problemelor de viață și care au atins niveluri mai ridicate de dezvoltare psihică și integrare în esență, nu au făcut nimic, ci doar au permis lucrurilor să se petreacă. I-au dat voie inconștientului lor să le vorbească în tăcere, i-au ascultat mesajele cu răbdare și le-au acordat cea mai mare atenție. Cu alte cuvinte, au stabilit

o relație conștientă cu procesele lor inconștiente.

> Arta de a lăsa lucrurile să se petreacă, de acțiune prin inacțiune, de renunțare la sine, cum a spus Meister Eckhart, a devenit pentru mine cheia care deschide ușa spre această cale. Este necesar să fim în stare să permitem lucrurilor să se petreacă în psihic. Pentru noi, aceasta este o artă despre care cei mai mulți oameni nu știu nimic. Conștiința interferează tot timpul, ajutând, corectând și negând, nelăsând procesul psihic să crească în pace.[97]

Când procesului psihic îi este permis să crească în pace, inconștientul fertilizează conștiința, iar conștiința iluminează inconștientul; amestecul și unirea celor două contrarii duc la creșterea gradului de conștientizare și la o lărgire a personalității. Jung postulează că acest lucru poate fi cel mai bine realizat atunci când procesul nu este condus din exterior și terapeutul nu interferează cu funcționarea naturii. Pe măsură ce personalitatea mai amplă este creată, conștiința crește, se transformă, iar un nou centru al personalității apare – Sinele, în timp ce tendințele egoului sunt diminuate. Noul centru, ca un magnet, atrage tot ceea ce aparține cu adevărat și în mod autentic de unicitatea personalității. Deplinătatea și unitatea ființei se stabilesc treptat din planul inițial și tot ceea ce este neesențial, de prisos, impus dispare. Egoul care s-a dezvoltat ca răspuns la presiunile și impunerile lumii exterioare și ale mediului cultural îngenunchează în acest moment și face loc presiunilor și îndemnului lumii interioare a individului, ființei sale interioare, sufletului său, Sinelui. Astfel, egoul a fost sacrificat pentru Sine; existența lumească a căpătat un sens, individul a venit în contact cu numinosul. Starea lui inițială de inconștiență a fost transformată într-o conștiință lărgită, iar împlinirea personalității, al cărei simbol este *mandala*, a fost realizată.

Cum se produce armonizarea conținutului conștient cu cel inconștient nimeni nu știe, pentru că este un proces de viață irațional. În psihoterapia lui Jung nu există metode fixe de tratament; ele se dezvoltă în mod natural pe măsură ce lucrarea progresează și ca răspuns la nevoile individului respectiv. Fiecare individ este unic și imprevizibil și, prin urmare, Jung le prescrie terapeuților să se elibereze de toate ideile preconcepute și de toate ipotezele teoretice și astfel să abandoneze toate metodele și tehnicile.[98] Jung ne spune că el este în mod deliberat nesistematic și că numai înțelegerea individuală este metoda, ca să spunem așa. „Avem nevoie de un limbaj diferit pentru fiecare pacient“.[99]

Cu toate acestea, două metode de bază au fost utilizate în mod constant de către Jung în practica sa: lucrul cu visele și imaginația activă. În timp ce interpretarea viselor are o istorie lungă ce datează încă din Antichitate, imaginația activă este produsul original al operei de artă a lui Jung. El consideră procesul imaginației active ca fiind echivalent cu operația alchimică. În esență, este vorba de un dialog continuu între două contrarii – planul conștient și cel inconștient, în decursul căruia toate aspectele unei ființe sunt integrate treptat. Acțiunea de reconciliere și unirea

contrariilor sunt cele care conduc la transformarea psihologică.

Există mai multe etape în acest proces. Inițial, sarcina este de a induce o stare de calm minții, fără de gânduri și de a observa în mod neutru, fără a judeca, doar pentru a vedea apariția spontană și revelarea conținutului inconștient, fragmente de fantezii. Această parte este foarte asemănătoare cu practicile de bază ale meditației. Experiența este apoi înregistrată fie în scris, fie sub alte forme tangibile, cum ar fi un desen, o pictură, o sculptură, un dans sau orice alt fel de expresie simbolică.[100] În etapa următoare, mintea conștientă începe să participe în mod activ și deliberat într-o confruntare cu inconștientul. Sensul produsului inconștient și mesajul său trebuie să fie înțelese și reconciliate cu poziția și cerințele minții conștiente. După cum afirmă Jung:

> Este exact ca un dialog între două ființe umane cu drepturi egale, fiecare dintre acestea dându-i celeilalte credit pentru un argument valid și considerând că merită să-și modifice punctele de vedere contradictorii prin intermediul comparației aprofundate și al discuțiilor sau prin alte mijloace, pentru a le deosebi în mod clar unele de altele.[101]

În cele din urmă, odată ce egoul și inconștientul au ajuns la o înțelegere și individul are acum capacitatea de a trăi conștient, trebuie să urmeze o atitudine etică și o obligație: ființa nu-și mai poate trăi viața ca și cum nu ar cunoaște lucrările ascunse ale inconștientului.[102]

Trebuie subliniat faptul că principiile psihologiei lui Jung nu sunt aplicate ca o metodă de tratament medical, ci mai degrabă ca metode de autoeducare. Psihoterapia, spune Jung,

> ... transcende originile sale medicale și încetează să mai fie doar o metodă pentru tratarea bolnavilor. Acum tratează ființele sănătoase și pe toate ființele care au un drept moral la sănătate psihică și a căror boală este de fapt suferința care ne chinuie pe noi toți. Din acest motiv, psihologia analitică poate pretinde că servește bunăstării comune.[103]

În psihoterapia sa, Jung își propune să prilejuiască în pacienții săi o stare de fluiditate, în care aceștia au experiența transformării și a creșterii, fără a fi atașați de vreo condiție fixă. În același timp, el se străduiește să trezească în aceștia o stare de percepție a conexiunilor lor suprapersonale, să le mărească capacitatea de conștientizare dincolo de conștiința personală.[104] Acest lucru este deosebit de important pentru omul modern, a cărui atitudine rațională a pus piedici și a reprimat dimensiunea spirituală a vieții. Jung subliniază că domeniul spiritual sau religios de experiență nu se referă la vreun crez, la vreo dogmă sau categorie metafizică, ci este o funcție psihică cu o semnificație fundamentală extraordinară.[105] El recunoaște că nu poate fi nicio vindecare personală în lipsa redobândirii unei perspective religioase asupra vieții.[106]

De o importanță centrală în terapie sunt rolul psihoterapeutului și raportul strâns dintre acesta și pacientul său. Pentru Jung, terapia este un proces dialectic în

care două realități psihice se confruntă reciproc și în care ambele trebuie să fie afectate și schimbate în urma acestei întâlniri.[107] Terapeutul, nu mai puțin decât pacientul, nu poate fi imun la această experiență dacă se dorește ca terapia să fie eficientă. Conceptele sunt instrumente de protecție față de experiență, datorită cărora terapeutul poate menține o distanță convenabilă și, în plus, nu există nicio obligație față de concepte. Dar, după cum spune Jung, „spiritul nu constă în concepte".[108]

De asemenea, terapeuții nu ar trebui să se ascundă în spatele imaginii de autoritate profesională, deoarece prin această atitudine ei înșiși se privează de informații importante dobândite prin canalul propriului lor inconștient.[109] În același timp, Jung este foarte dornic să le permită pacienților săi să devină maturi din punct de vedere psihologic, de sine-stătători și independenți față de terapeut. La fel ca ucenicul alchimistului, pacienții pot afla „toate trucurile de laborator", dar în cele din urmă trebuie să se angajeze în lucrarea propriu-zisă chiar ei înșiși pentru că „nimeni altcineva nu poate face acest lucru pentru [ei]".[110] Astfel, procesul nesfârșit de individuație trebuie să continue mult timp după ce terapia oficială s-a încheiat. Și vorbind din punctul de vedere al unui psihoterapeut, Jung ne spune că întâlnirile cu multe tipuri umane cu care a interacționat în munca sa terapeutică au constituit pentru el o bogăție de experiențe pline de învățăminte de neprețuit și au fost cele mai bune și cele mai importante interacțiuni din viața lui.[111]

Este important de subliniat faptul că individuația duce nu numai la o lărgire a personalității, ci și la o extindere a relațiilor colective. Contrar convingerii unora, individuația nu este echivalentul izolării și al renunțării la responsabilitățile sociale și etice; mai degrabă, conștiința personală și conștiința colectivă sunt îmbunătățite simultan într-o progresie naturală, spontană. Procesul de individuație, spune Jung,

> ... dă naștere unei conștiințe a comunității umane tocmai pentru că ne face conștienți de existența inconștientului, care unește și este comun întregii omeniri. Individuația este o armonizare cu sine și, în același timp, cu umanitatea, deoarece sinele este o parte a umanității.[112]

Aici avem de-a face cu o idee comună budismului – compasiunea, care este un alt aspect al înțelepciunii: înțelepciunea și compasiunea sunt cele două fețe ale aceleiași monede, una reprezentând planul personal și cealaltă conștiința transpersonală și ambele fiind la fel de indispensabile pentru atingerea iluminării.

În cele din urmă, trebuie menționat faptul că munca lui Jung are o natură atemporală și o proporție nelimitată, făcând astfel imposibilă transmiterea, chiar și schițată, a semnificației complete și a stării sale, precum și a impactului său potențial asupra psihicului unui individ. Mai mult decât atât, munca și viața sa au trecut prin etape succesive de desfășurare și nu se dezvăluie cu ușurință la un studiu ocazional sau prin plasarea accentului doar pe un singur aspect al acestora și

cu atât mai puțin prin analiza metodelor sale. Acestea solicită să fie abordate în totalitatea lor, și chiar și atunci nu este o sarcină ușoară să le înțelegem.

Iată un comentariu interesant pe această temă, făcut de unul dintre discipolii lui Jung, Ira Progoff:

> ... Am observat ... că, ori de câte ori teoriile și practicile sale [ale lui Jung] erau predate ca o psihologie specific jungiană, structura de gândire cu sistemul său de termeni și concepte se accentua. Am recunoscut că unul dintre motivele pentru care se producea acest lucru era că cel puțin termenii erau relativ ușor de predat, în timp ce *conștientizarea puternică și directă* pe care a atins-o Jung nu putea fi predată...[113]

Progoff, în cursul conversației sale cu Jung, i-a spus despre aceste gânduri. După o discuție îndelungată asupra problemei, Progoff, încă agitat, i-a pus următoarea întrebare lui Jung:

> „Să presupunem că", l-am întrebat, „nu ești constrâns de vreo dificultate în a face o formulare valabilă intelectual asupra metodelor tale; să presupunem că ai putea să o afirmi fără a ține cont de modul în care alții ar putea-o înțelege greșit sau chiar să o folosească greșit. Să presupunem că ai putea să o afirmi într-un mod care s-ar potrivi cel mai bine propriilor tale sentimente adevărate față de aceasta – atunci care ar fi aceasta?"...„Ah", a spus el ... „Ar fi prea amuzant. Ar fi o atingere *zen*."[114]

Progoff interpretează referirea lui Jung la atingerea *zen* în sensul că opera sa trebuie să fie abordată din perspectiva elementelor esențiale și că aceasta trebuie să fi realizată dincolo de raționalitate.[115]

Personal, cred că referirea lui Jung la *zen*, în toată simplitatea ei puternică, dezvăluie, mult mai izbitor decât orice alte observații elaborate, la ce se referă în realitate metoda sa dinamică.

ELIBERAREA DE SUFERINȚĂ

Așa cum „vindecarea sufletelor" a fost sarcina și rolul lui Jung, așa și suferința și descătușarea din suferință sau eliberarea constituie scopul fundamental al budismului. Chiar înainte de apariția budismului, aceasta a fost problema esențială a filosofiei indiene, dar metoda a fost cea care a devenit principala și unica contribuție a budismului la filosofia indiană. Buddha a recunoscut prin propria sa experiență și a subliniat în repetate rânduri că doar speculațiile filosofice și metafizice și gândirea abstractă nu pot avea niciun impact asupra vieții individului. Numai cunoștințele dobândite prin experiență directă au o valoare dătătoare de viață. Din acest motiv, Buddha păstra „tăcerea nobilă" atunci când îi erau adresate întrebări metafizice despre natura absolutului, despre „adevărurile eterne". În schimb, el a indicat calea și a insistat că fiecare dintre noi trebuie să găsim soluții la problemele noastre existențiale fundamentale, nu prin intermediul intelectului nostru și al gândirii logice, ci prin dezvoltarea unei conștiințe superioare, *buddhi*:

absolutul, infinitul, numinosul, nu este menit a fi conceptualizat, ci realizat în propria ființă. Viziunile și perspectivele lui Buddha, transformarea propriei sale conștiințe în timpul meditației sub copacul *bodhi* nu pot fi transmise prin cuvinte. El poate doar arăta calea, metoda. În esență, calea este simplă, deoarece nu trebuie să fie căutată în locuri ascunse, îndepărtate, în cărți sau în scripturile sacre, ci chiar în profunzimea propriei ființe.[116] Aceasta nu este cu nimic diferită față de munca ucenicului alchimistului sau a pacientului lui Jung.

Atunci când transformarea conștiinței se realizează în adâncurile psihicului individului, metafizicul încetează să mai fie metafizic și este experimentat drept cunoaștere intuitivă, absolută – iluminarea. După cum spune și Lama Govinda:

> ... ceea ce face ca omul să fie binecuvântat nu este credința (în sensul acceptării unei dogme definite), ci faptul că devine conștient de realitate, care pare să aparțină domeniului metafizic pentru noi doar atâta timp cât noi nu am experimentat-o ... văzut din afară (ca un sistem) budismul este metafizică; văzut din interior (ca o formă de realitate) este empirism. În măsura în care „metafizicul“ este dezvăluit pe calea experienței interioare, el nu a fost respins de către Buddha, ci a fost respins doar atunci când a fost gândit pe calea speculațiilor. Metafizica este un concept cu totul relativ, ale cărui granițe depind de planul respectiv de experiență, de forma și de gradul de conștiință. Buddha a învins metafizica și problematica sa nu doar prin ignorarea lor, ci într-un mod absolut pozitiv, în sensul că, prin antrenament și creștere a conștiinței, el a respins liniile de delimitare ale acesteia, astfel încât metafizicul a devenit empiric.[117]

Aici îmi amintesc de declarațiile lui Jung că munca lui se bazează pe fapte empirice, iar pe de altă parte, de acuzațiile unora care i-au interpretat greșit munca sau mai degrabă cărora le lipsea experiența pentru a putea înțelege realitatea acesteia și considerau că el era doar un mistic amețit. O mare parte a operei sale care a fost considerată „mistică“ a fost validată de descoperirile științei moderne și, astfel, metafizicul a devenit empiric.

Există mai multe moduri, mai multe căi care duc la eliberare – scopul tuturor școlilor budiste. În esență, orice cale echivalează cu o transformare radicală a conștiinței, cu o moarte simbolică și o nouă naștere de la un mod profan de a fi la unul spiritual. (Sau, în termenii psihologiei lui Jung, ar fi sacrificiul egoului pentru apariția Sinelui.)

Pentru a răspunde diferitelor nevoi și temperamente ale diverșilor indivizi, au fost dezvoltate mai multe metode. În special în budismul tantric există o multitudine de modalități și tehnici. Acestea sunt toate proiectate pentru a influența cele trei aspecte ale ființei umane: trupul, vorbirea și mintea.

Metoda centrală, cea care a fost folosită de către Buddha însuși în procesul său de transformare, este meditația. Pe calea tantrică, sau Vajrayana, la început ca practici preliminare, metodele variate de meditație sunt urmate pentru a calma, îmblânzi și disciplina mintea, pentru a atinge concentrarea asupra unui singur punct, pentru cultivarea atenției și a conștientizării. Pe acest fundament este

practicată o metodă mai complexă, caracteristică vehiculului Vajrayana, și anume vizualizarea. În actul de vizualizare, meditatorii construiesc imagini mentale cu diferite grade de complexitate, reprezentând zeități tantrice pașnice, frumoase și în același timp mânioase, terifiante, cu care se identifică și care le ghidează prin acest proces.

Fiecare zeitate corespunde unei forțe vitale din profunzimea individului și, prin unirea sa cu diferitele zeități, cel care meditează ia contact cu aceste forțe − pozitive sau negative − și le utilizează sau mai degrabă le transmută, pentru a atinge stări înalte de conștiință. Metoda se bazează pe ipoteze care sunt iraționale și pot fi sesizate doar în modul în care am putea înțelege procesele iraționale ale vieții menționate mai devreme în discutarea metodei de psihoterapie proprie lui Jung.

Celor care meditează le este „dată“ o zeitate, aleasă în funcție de nevoile specifice și de capacitățile lor spirituale. Acestora li se indică să acorde întreaga lor atenție formei divinității pe care urmează să o creeze în mintea lor. Toate detaliile imaginii, în toată complexitatea și culoarea lor, sunt vizualizate până în punctul în care aceasta devine la fel de reală precum practicanții înșiși. Într-adevăr, ei nu doar contemplă divinitatea respectivă, ci se identifică pe sine cu divinitatea vizualizată. Pentru o clipă aceștia s-au transfigurat în divinitatea respectivă: esența arhetipală a acesteia a fost transferată în ei. În această perioadă de identificare cu divinitatea, ei generează așa-numita auto-transfigurare divină de a fi atins deja starea de *buddha*.[118]

Esența vizualizării constă în această unire cu divinitatea respectivă. Este un proces dinamic în care egoul celor care meditează, conștiința lor obișnuită este abandonată și înlocuită cu conștiința superioară a zeității. Am putea spune, folosind limbajul lui Jung, că egoul individului a fost sacrificat pentru Sine.

Procesul de vizualizare nu este o chestiune de reprimare a părților de nereprimat ale psihicului nostru, a formelor arhetipale care ne unesc cu întreaga omenire din toate timpurile, ci mai degrabă face contactul cu acestea și, treptat, le transformă astfel încât să se obțină o stare superioară de conștiință. Diferitele zeități sunt simboluri ale forțelor, pozitive și negative, bune și rele, care se confruntă într-o bătălie în psihicul nostru. Niciuna dintre aceste forțe, aceste energii nu se irosește: fiecare este valorificată și transformată în conștiință pură, esență spirituală pură. Sau, pentru a folosi limbajul alchimic, plumbul se transformă în aur.

Să privim acum la descrierea uneia dintre divinități:

> Mahavajrabhairava trebuie să aibă un corp de culoare albastru foarte închis, nouă fețe, treizeci și patru de brațe și șaisprezece picioare. Picioarele de pe partea stângă sunt în față și cele de pe dreapta trase înapoi. El este capabil să înghită cele trei lumi. Zâmbește disprețuitor și răcnește. Limba îi este arcuită. Scrâșnește din dinți și sprâncenele îi sunt încruntate. Ochii și sprâncenele îi

strălucesc ca flacăra focului cosmic din momentul distrugerii universului. Părul îi este galben și i se face vâlvoi. Îi amenință pe zeii sferelor materiale și non-materiale. Le înspăimântă chiar și pe zeitățile terifiante. Răcnește cuvântul *p'ain* pe un glas ca bubuitul tunetului. Devorează carne, măduvă și grăsime umană și bea sânge. Este încoronat cu cinci cranii care inspiră venerație și este împodobit cu o ghirlandă din cincisprezece capete proaspăt tăiate. Cordonul lui sacru este un șarpe negru. Ornamentele din urechi etc. sunt din oase umane. Burta îi este foarte mare, corpul gol și falusul erect. Sprâncenele, pleoapele, barba și tot părul de pe trupul lui ard ca flacăra focului cosmic de la sfârșitul veacurilor. Fața lui din mijloc este cea a unui bivol. Are coarne și exprimă furie violentă. Deasupra, între coarne, proiectează o față galbenă.[119]

Ca un contrast, să contemplăm imaginea următoare:

Pe tipsia lunii de toamnă, clar și pur, plasați o silabă-sământă. Razele albastre, răcoroase ale silabei-sământă emană o imensă compasiune care radiază dincolo de limitele cerului sau spațiului. Aceasta satisface nevoile și dorințele ființelor simțitoare, aducând căldură, astfel încât confuziile pot fi clarificate. Apoi, din silabă-sământă creați un Mahavairochana Buddha, de culoare albă, având caracteristicile unui aristocrat – un copil în vârstă de opt ani, cu o privire frumoasă, pură, nevinovată, puternică și regală. El este îmbrăcat în costumul unui rege medieval din India. Poartă o coroană strălucitoare din aur încrustat cu pietre prețioase care îndeplinesc dorințe. O parte din părul negru și lung îi plutește pe umeri și pe spate; restul este strâns într-un coc de care este prins un diamant albastru strălucitor. Este așezat cu picioarele încrucișate pe discul lunar, cu mâinile în *mudra* de meditație, în care ține un *vajra* sculptat din cel mai pur cristal alb.[120]

Și acum să contemplăm o vizualizare sugerată de un profesor tantric contemporan, în beneficiul celor care cred în Iisus Hristos. Este o practică de purificare a corpului, a vorbirii și a minții.

Stai sau îngenunchează dacă dorești, într-o poziție confortabilă, relaxată, dar cu spatele drept. Cu ochii minții, vizualizează-l pe Iisus dinaintea ta. Chipul lui are o expresie liniștită, pașnică și iubitoare. O imagine a lui Hristos înviat sau a lui Iisus în calitate de învățător poate fi utilizată ca un model pentru această vizualizare.

Apoi vizualizează cum din creștetul capului său radiază o lumină albă strălucitoare, care îți atinge propriul creștet. Această lumină albă are natura energiei fericirii și, pe măsură ce intră în trupul tău, purifică contaminarea fizică sau păcatul, acumulate de-a lungul a nenumărate vieți. Această energie albă a fericirii purifică toate bolile corpului, inclusiv cancerul, și activează și reînnoiește funcționarea întregului tău sistem nervos.

În mod similar, o lumină roșie este vizualizată cum radiază de la gâtul lui Iisus și intră în propriul tău gât, pătrunzând complet centrul vocal cu o senzație inefabilă de fericire. Dacă ai dificultăți de discurs, spui mereu minciuni, nu îți controlezi vorbele, te angajezi deseori în calomnii, folosești un limbaj dur sau altele asemenea, această energie roșie dătătoare de fericire te purifică de toate aceste aspecte negative. Ca urmare, vei descoperi calitățile divine ale cuvântării.

Apoi, din inima lui Iisus, o lumină albastră infinită strălucește, cufundându-ți inima în razele sale binefăcătoare, purificându-ți mintea de toate concepțiile sale greșite. Egoul tău meschin, care este ca un fel de șef sau președinte al iluziilor, și cele trei otrăvuri ale lăcomiei, urei și ignoranței, care sunt ca niște miniștri ai egoului, sunt toate purificate în această strălucire albastră, dătătoare de extaz. Mintea indecisă, care este deosebit de îndoielnică și prinsă între „poate că aceasta" și „poate că aceea" este clarificată. De asemenea, este purificată și mintea mărginită, care nu poate vedea în totalitate deoarece perspectiva sa este prea îngustă. Pe măsură ce energia luminoasă îți umple mintea, inima ta devine precum cerul albastru, îmbrățișând realitatea universală și întregul spațiu.[121]

Printr-o practică perseverentă și pe măsură ce se dezvoltă stadiile superioare de conștiință, zeitățile create mental își asumă o realitate dinamică de natură să afecteze persoana care meditează într-un mod puternic. În termenii folosiți de psihologia lui Jung, aceste zeități din mintea celui care meditează devin arhetipuri încarnate. În ceea ce privește „realitatea“ lor și motivul eficacității lor, ne putem întoarce din nou la Jung și la definiția sa pentru „iluzie“.

> Prin ce criterii judecăm ceva drept o iluzie? Există ceva pentru psihic pe care avem dreptul de a-l denumi iluzie? Ceea ce considerăm plăcut să numim iluzie poate fi pentru psihic un factor de viață extrem de important, ceva la fel de indispensabil ca oxigenul pentru corp – o actualitate psihică de o importanță copleșitoare. Probabil că psihicul nu-și pune vreo problemă despre categoriile noastre de realitate; pentru acesta, tot ceea ce funcționează este real.... Nimic nu este mai probabil decât ceea ce noi numim iluzie să fie foarte real pentru psihic – din acest motiv, nu putem considera realitatea psihică a fi comensurabilă cu realitatea conștientă.[122]

Desigur, trebuie să se țină seama de faptul că, în ceea ce privește filosofia budistă, această afirmație ar fi adevărată doar la nivelul relativ al realității. La nivelul ultim al realității, totul este intrinsec vid.

În *sadhana* tantrică (exerciții spirituale), activitatea mentală a meditației este însoțită de *mantre* și de *mudre*, în care sunt implicate vorbirea și trupul.

Mantrele sunt sunete sacre, simboluri auditive, care nu au niciun sens concret, dar care, la fel ca sunetul și ritmul muzicii și al poeziei, au puterea de a evoca sentimente profunde și stări de conștiință care depășesc gândirea și vorbirea obișnuită. Pentru inițiați, *mantra* vorbește într-un mod foarte direct, imediat și are capacitatea de a acționa asupra forțelor latente din aceștia. Pentru alții, rămâne doar un secret. Simpla recitare a unei *mantra*, fără pregătirea adecvată și atitudinea mentală corectă este inutilă, pentru că sunetul *mantrei* nu este doar fizic, ci, mai presus de toate, spiritual. Trebuie să fi produs de minte și auzit de inimă.[123]

Mudrele sunt posturi și gesturi simbolice în care mâinile și fiecare deget participă în cea mai rafinată, elegantă și expresivă manieră, amintind de mișcările dansatoarelor din Bali. Acestea sunt expresii fizice, exterioare ale stărilor interioare și, la fel ca *mantrele*, atunci când sunt utilizate în contextul adecvat, sunt un ajutor pentru meditație, contribuind la accesarea unor stări înalte de conștiință. Când toate cele trei aspecte ale ființei – trup, vorbire și minte – sunt simultan implicate și în mod armonios coordonate în realizarea unor *mudre*, în recitarea de *mantre* și în meditația profundă, forțele primordiale, universale sunt trezite, iar efectul este răsunător. Atunci, ființa pătrunde într-o altă realitate.

Ritualurile și ceremoniile joacă un rol important în practica tantrică. Prosternarea, ofrandele de tămâie și flori, incantațiile, *puja* (venerarea ritualică), ritualurile de inițiere, toate acestea trebuie să fie considerate ca forme de meditație și înțelese pentru sensul lor simbolic. Pentru a avea efect deplin, ele trebuie să fie

abordate cu o atitudine mentală corectă și cu respect.

O ceremonie tipică are toate calitățile dramatice ale incantației și ale magiei: ea este o sărbătoare pentru toate simțurile și ajunge la cele mai profunde niveluri ale ființei. În cadrul ei sunt implicate sunetul asurzitor al cornurilor și al trâmbițelor lungi tibetane, zăngănitul tobelor cu clapetă, sunetul clopotelor, incantarea, recitarea de *mantre* și texte sacre, steagurile de rugăciune, robele colorate ale *lamașilor* – ale căror poziții, gesturi, precum și expresii faciale le oglindesc adesea pe cele ale zeităților din *tangka-uri* (picturi sacre) aflate împrejur, parfumul de tămâie, florile, ustensilele ceremoniale, bolurile cu apă sfințită, ceai, fructe, precum și alte delicatese. Constituie un spectacol și o experiență care nu pot fi descrise, dar nici vreodată uitate.

PRIETENUL SPIRITUAL ȘI ANALISTUL

Deoarece eliberarea nu poate fi atinsă prin intermediul cărților sau al cunoașterii abstracte, ci numai prin experiență directă, nevoia de a avea un *guru* uman sau învățător spiritual este de o importanță extraordinară.

Numai cu ajutorul și îndrumarea unei alte ființe umane conștiința cuiva poate să fie trezită și astfel să se producă un progres real. Dar această altă ființă umană trebuie să fie un învățător care este calificat și care el însuși sau ea însăși este departe pe cale.

Comportamentul, cunoștințele, claritatea minții sale, înțelepciunea și compasiunea sa trebuie să fie astfel încât el sau ea să poate servi nu numai drept învățător, ci să constituie un exemplu viu al atitudinii iluminate. Mentorii spirituali nu pot transfera în mod magic înțelepciunea lor discipolilor pe care îi ghidează, dar cuvintele lor, care rezonează dincolo de sensul cuvintelor obișnuite, îi poate atinge și mișca pe aceștia atunci când sunt gata să primească învățătura. Când acest lucru se produce este ca și cum o cheie a deschis ușa percepției în profunzimea interioară a discipolilor și, treptat, orizonturile lor se lărgesc. Se simte literalmente cum conștiința, lumina, se extinde la fiecare contact cu *gurul*. Fiind modelul unei persoane complete, *gurul* uman este însă simbolul arhetipal al *gurului* suprem sau al principiului stării de *buddha*, și astfel procesul merge mai departe în mintea discipolilor până când imaginea *gurului* a fost integrată în propriile lor ființe. Discipolul își dă seama că învățătorul său nu este în afara, ci în interiorul psihicului său și nu este altul decât propriul său Sine.

Funcția mentorilor spirituali, care sunt uneori numiți prieteni spirituali, are multe aspecte. Să ne uităm la textul imaginativ provenind de la profesorul și filosoful din secolul al XI-lea, Gampopa, care descrie rolul prietenilor spirituali.

„Comparațiile“ arată că prietenii spirituali sunt ca un ghid atunci când călătorim pe un teritoriu

necunoscut, ca o escortă când trecem prin regiuni periculoase și ca un barcagiu priceput atunci când traversăm un râu mare.

În ceea ce privește prima comparație, când călătorim singuri pe un teritoriu necunoscut, există pericolul de a merge pe drumuri greșite și de a ne rătăci. Dar dacă mergem cu un ghid, atunci nu mai există un astfel de pericol și, fără să pierdem niciun pas, ajungem la locul dorit...

În a doua comparație, regiunile periculoase sunt bântuite de hoți și tâlhari, de fiare sălbatice și alte animale periculoase. Când mergem acolo fără o escortă, există pericolul de a ne pierde trupul, viața sau bunurile; dar atunci când avem o escortă puternică, ajungem la locul dorit, fără niciun fel de pierderi...

În cele din urmă, în a treia comparație, când trecem un mare fluviu, dacă ne-am urcat într-o barcă fără să avem și un barcagiu, fie ne vom îneca, fie vom fi purtați de curenți și nu mai ajungem pe celălalt mal; dar dacă există un barcagiu, noi vom ajunge în siguranță cu ajutorul eforturilor sale.[124]

Jung cunoștea bine pericolele reprezentate de „fiarele sălbatice și de alte animale periculoase“ și teroarea generată de cufundarea în regiunile întunecate ale inconștientului, așa cum el însuși le-a experimentat. Și tot așa știau și alchimiștii înaintea lui. Ei erau, de asemenea, pe deplin conștienți de potențiala explozie psihică inerentă lucrării (*opus*-ului) lor. Fără îndoială, atât alchimiștii, cât și Jung ar fi pe deplin de acord cu avertismentele maestrului tibetan.

Călcând pe urmele lui Buddha Shakyamuni de a nu impune niciodată învățăturile sale altora și conform tradiției tibetane, instruirea trebuie oferită numai ca răspuns la o solicitare sinceră și o intenție cu adevărat serioasă. Profesorii tibetani cred că însuși actul de a căuta și a solicita ajutor creează energia adecvată care să conducă la primirea acestuia și este necesar să ascultăm nu numai cu urechile, ci și cu inima.[125]

Analistul joacă, în esență, același rol ca și prietenul spiritual; cu toate acestea, există o distincție importantă. Așa cum s-a menționat anterior, Jung postulează că, în timpul tratamentului psihologic, terapeutul trebuie să fie afectat, influențat în mod egal de întâlnirea terapeutică.

Acest lucru poate deveni o experiență de reînnoire pentru terapeut, dar pe de altă parte, poate duce și la o contaminare psihologică, amenințând propriul echilibru emoțional al terapeutului. Ni se spune că, în contrast, datorită faptului că a atins o realizare spirituală înaltă, *gurul* este imun la o astfel de contaminare și nu poate fi afectat de aspectele negative ale elevilor săi. De fapt, unele practici de meditație din budismul tibetan cuprind o ofrandă mentală adusă *gurului,* formată din toate obiectele lăcomiei și ale urei cuiva, pe scurt, din toate aspectele negative. În același timp, mi s-a spus de către *lamașii* pe care i-am cunoscut că răspunsurile elevilor lor – și în special recunoașterea faptului că ei i-au ajutat la eliminarea confuziei și la reducerea suferinței – au un efect asupra lor și se adaugă la bagajul lor energetic.

---

[94] Jung, Memories, Dreams, Reflections, p. 124.

[95] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, p. 110.

[96] C. G. Jung, The Practice of Psychotherapy (Princeton: Princeton University Press, 1966), p. 41.

[97] C. G. Jung, Commentary on the Secret of the Golden Flower, în lucrarea sa Psychology and the East (Princeton: Princeton University Press, 1978), p. 18.

[98] Jung, The Practice of Psychotherapy, pp. 7–8.

[99] Jung, Memories, Dreams, Reflections, p. 131.

[100] Jung, "Commentary on the Secret of the Golden Flower", pp. 18–19.

[101] Jung, The Structure and Dynamics of the Psyche, p. 89.

[102] Janet Dallett, "Active Imagination in Practice", in Murray Stein, ed. Jungian Analysis (La Salle: Open Court, 1982), p. 182.

[103] Jung, The Practice of Psychotherapy, p. 75.

[104] Ibid., p. 46.

[105] Idem.

[106] C. G. Jung, Psychology and Religion: West and East (Princeton: Princeton University Press, 1969), p. 334.

[107] Jung, Memories, Dreams, Reflections, p. 143.

[108] Ibid., p. 144.

[109] Jung, The Practice of Psychotherapy, p. 71.

[110] Jung, Mysterium Coniunctionis, p. 528.

[111] Jung, Memories, Dreams, Reflections. p. 145.

[112] Jung, The Practice of Psychotherapy, p. 108.

[113] Ira Progoff, "The Man Who Transforms Consciousness", Eranos Jahrbuch, XXXV (1966), pp. 138–39. (Italics added.)

[114] Ibid., p. 139.

[115] Ibid., pp. 139–40.

[116] Anagarika Govinda, The Psychological Attitude of Early Buddhist Philosophy (London: Rider & Co., 1961), p. 44.

[117] Ibid., p. 39.

[118] Herbert Guenther și Chögyam Trungpa, The Dawn of Tantra (Boulder: Shambhala, 1975), p. 52.

[119] Tucci, op. cit., pp. 72–73.

[120] Guenther și Trungpa, op. cit., p. 47.

[121] Lama Thubten Yeshe, Silent Mind, Holy Mind (Ulverston: Wisdom Culture, 1978), pp. 34–36.

[122] Jung, The Practice of Psychotherapy, pp. 51–52.

[123] Govinda, Foundations of Tibetan Mysticism, p. 27.

[124] Gampopa, op. cit., pp. 31–32.

[125] Lama Thubten Yeshe, “Turning the Wheel“, p. 20.

4. Simbolurile arhetipale

Așa cum s-a discutat în capitolul anterior, vizualizarea este una dintre principalele metode de meditație în Vajrayana. Diferitele tipuri de divinități vizualizate în formă personificată sunt exprimate în plan exterior în iconografia tantrică, în timp ce în plan interior ele corespund unor diferite stări psihologice. Prin identificarea cu diferite zeități din panteonul budist tibetan, conștiința profană ajunge la cunoașterea divină și, astfel, imaginile devin simboluri ale transformării. Imaginile tantrice antropomorfe sunt considerate arhetipuri devenite realități pentru cel care meditează. Potrivit lui Jung, arhetipurile prind viață atunci când acestea sunt semnificative pentru individ.[126] Ca toate simbolurile puternice, imaginile tantrice, atunci când sunt infuzate cu emoție, câștigă numinozitate și le conferă practicienilor meditației energia care îi duce cu un pas înainte pe un alt tărâm psihologic, și anume cel transpersonal, spiritual.

Care este rolul imaginilor în practica budismului, al cărui fundament filosofic și metafizic este conceptul de vid? Conform spuselor lui Lama Govinda:

> Natura abstractă a conceptelor și concluziilor filosofice cere ca acestea să fie corectate în mod constant prin experiență directă, prin practica meditației și prin neprevăzutul vieții de zi cu zi. Prin urmare, elementul antropomorf în Vajrayana nu se naște dintr-o lipsă de înțelegere intelectuală (ca în cazul omului primitiv), ci, dimpotrivă, din dorința conștientă de a trece de la o atitudine mai degrabă intelectuală și teoretică la conștientizarea directă a realității. Acest lucru nu poate fi realizat prin construirea unor convingeri, idealuri și țeluri bazate pe raționament, ci doar prin străpungerea conștientă a acelor straturi ale minții noastre care nu pot fi atinse sau influențate de argumente logice și gândire discursivă.
>
> O astfel de străpungere și de transformare este posibilă numai prin puterea convingătoare a viziunii interioare, ale cărei imagini sau „arhetipuri“ primordiale sunt principiile formative ale minții noastre. Precum semințele, acestea se cufundă în solul fertil al subconștientului nostru, cu scopul de a germina, de a crește și de a-și dezvălui întregul potențial....
>
> Subiectivitatea viziunii interioare nu diminuează valoarea sa în realitate. Astfel de viziuni nu sunt halucinații, pentru că realitatea lor este cea a psihicului uman. Ele sunt simboluri în care sunt încorporate cea mai profundă cunoaștere și cele mai nobile eforturi ale minții umane. Vizualizarea

lor este procesul creativ de proiectare spirituală, prin care experiența interioară este transpusă într-un mod vizibil, comparabil cu actul creator al unui artist, ale cărui idei subiective, emoții sau viziuni sunt transformate într-o operă de artă obiectivă, care capătă acum o realitate proprie, independentă de creatorul său.[127]

În mod similar, Jung ne spune că, inițial, arhetipurile sunt forme goale care conțin posibilitatea anumitor percepții și acțiuni, iar atunci când sunt activate, acestea devin o forță puternică în viața și în comportamentul unui individ.[128] Într-adevăr, arhetipul poate să capete o realitate autonomă proprie și să preia controlul asupra întregii personalități. Viziunea poate duce la creații artistice sau descoperiri științifice, cum ar fi celebrul caz al descoperirii inelului benzenic de către Kekulé.[129] Dar viziunile pot duce, de asemenea, la nebunie dacă acestea nu sunt integrate în conștiință. Linia de demarcație dintre cele două căi este în mod frecvent foarte subțire.

Budiștii tibetani, precum și Jung sunt conștienți de pericolele implicate și, prin urmare, ne îndeamnă să ne luăm măsurile de precauție adecvate. Atât vizualizarea tantrică, cât și tehnica imaginației active a lui Jung, care este oarecum comparabilă cu prima, necesită îndrumarea unui maestru sau analist calificat. Mai mult decât atât, în practica Vajrayana, fiecare vizualizare este precedată și urmată de o meditație asupra vidului și dezintegrării imaginilor, care acționează ca o protecție împotriva identificării continue cu simbolurile: cel care meditează, conștientizează astfel faptul că zeitățile sunt produse ale imaginației.

Una dintre cele mai importante (și în Tibet cea mai populară) zeități este Tara. Ea este aspectul feminin al lui Buddha. În Tibet, este venerată ca mama tuturor *buddha-șilor*. Tara, în esența sa, simbolizează înțelepciunea pe deplin dezvoltată care transcende rațiunea. Ea este *buddha* acțiunii iluminate, eliberatoarea care, prin descătușarea ființei din robia patimilor egoiste, o conduce pe aceasta de pe tărâmul implicării profane lumești (*samsara*) pe celălalt, cel al iluminării (*nirvana*).

Tara apare sub diferite înfățișări: Tara cea verde, Tara cea roșie, Tara cea albă etc., în total douăzeci și unu de ipostaze, fiecare corespunzând unor imagini arhetipale ușor diferite din psihic. În terminologia jungiană, ea reprezintă arhetipul Mamei. Cu toate acestea, ea este imaginea mamei care a integrat în sine toate contrariile, pozitive și negative. Astfel, pentru Erich Neumann (un discipol al lui Jung), Tara simbolizează cea mai înaltă formă, punctul culminant al arhetipului feminin. Ea este „Marea Zeiță care, în totalitatea manifestării ei, completează lumea de la cea mai joasă fază elementară până la transformarea spirituală supremă“.[130]

În afară de zeitățile pașnice și de cele pline de urgie, o altă categorie de „ființe“ joacă un rol important în budismul tibetan. Acestea sunt așa-numitele *dakini-uri*, care au calități divine sau demonice și pot reprezenta impulsul inspirației umane. Ele sunt manifestări feminine ale cunoașterii și ale puterilor magice și sunt descrise

ca „spirite ale meditației și ajutoare spirituale“, capabile să trezească forțele latente ascunse în întunericul inconștientului.

Cuvântul *dakini* sau, în tibetană, *khandroma* înseamnă „spațiu“ și „eter“, referindu-se la ceea ce face posibilă mișcarea.[131] Ființa umană percepe natura fluidă a unei *dakini*; ea mișcă psihicul și provoacă lichefierea a tot ceea ce este rigid și pietrificat, a tot ceea ce este încapsulat în gânduri conceptualizate și dogme, a oricăror formulări fixe. În acest sens, ea simbolizează principiul mișcării și reflectă forțele dinamice care sunt identice atât în cosmos, cât și în psihicul individual.

Dakini de cel mai înalt rang este Vajrayogini. Ea este manifestarea divină a muzei inspiratoare care „răscumpără comorile eonilor de experiență, ce se află în stare latentă în subconștient, și le aduce în domeniul conștiinței superioare, dincolo de cel al intelectului nostru“.[132] Budiștii tibetani spun că Vajrayogini a existat dintotdeauna profund în noi înșine, în inconștientul nostru, fiind însă sufocată de ego. Atunci când conceptul de ego este străpuns, noi îi permitem astfel lui Vajrayogini să apară. (Când mă gândesc la Vajrayogini, îmi amintesc mereu de Frumoasa din Pădurea Adormită.) În iconografia tibetană, Vajrayogini este înfățișată cu o expresie curioasă care este atât iubitoare și zâmbitoare, cât și plină de urgie, dezvăluind astfel ambivalența esențială a fiecărui arhetip.

În contextul psihologiei lui Jung, Vajrayogini ar fi o imagine primordială și, ca atare, poate acționa ca un mediator, „dovedindu-și puterea mântuitoare, o putere pe care a posedat-o dintotdeauna, în diferite religii“.[133]

Simbolul tantric al *dakini*-urilor a fost uneori comparat în Occident cu conceptul lui Jung privind unul dintre cele mai importante arhetipuri, și anume *anima*.[134] *Anima* este de obicei menționat drept aspectul feminin al psihicului masculin. Apare sub multe și variate forme și are atât înfățișări binevoitoare, cât și demonice. Ea poate fi un ghid și un mediator, conducând ființa umană pe calea transformării sale − sau a pierzaniei sale.

Dar noțiunea de *anima* este cu mult mai complexă. În primul rând, *anima* nu se aplică exclusiv psihicului unui bărbat: în calitatea sa de figură arhetipală, ea poate funcționa în psihicul ambelor sexe. În lumea occidentală, orientată atât de mult spre bărbat, conceptul de *anima*, în calitatea sa de contraparte feminină a psihicului masculin și integrarea corespunzătoare a celor două aspecte sunt esențiale pentru echilibrul psihologic al individului și al culturii. În lumea orientală, pe de altă parte, calitatea feminină – *yin-ul*, precum și *yang-ul* – calitatea masculină, zeița, precum și zeul au fost mereu părți integrante ale culturii. Nu poate exista un zeu fără o zeiță, unul este de neconceput fără celălalt. Imaginea cea mai răspândită din iconografia tantrică este simbolul *yab-yum*, zeul și zeița, tatăl și mama, surprinși într-o îmbrățișare extatică și simbolizând unirea perfectă a elementelor masculin și

feminin, uniunea contrariilor, care este experiența interioară fundamentală.

Jung are dreptate atunci când spune că noțiunea de *anima*, așa cum a definit-o el, este absentă în viziunea orientală.[135] Trebuie adăugat că aceasta este noțiunea de *anima* pe care a formulat-o în scrierile sale timpurii și așa cum este aceasta cel mai frecvent înțeleasă. În Orient, această noțiune ar fi de prisos. Cu toate acestea, *anima* poate fi puntea către Sine. Ca atare, ea are o corespondență clară cu *dakini*, ființa eterică, care este atât esența, cât și purtătoarea înțelepciunii. În acest sens, dakini-urile și de fapt toate zeitățile tantrice, pașnice și teribile, divine și demonice, pot fi considerate drept mesageri și personificări ale înțelepciunii supreme și, astfel, funcționează ca un catalizator în procesul de integrare. Sau, altfel spus, ele sunt personalități numinoase, manifestări ale arhetipurilor, care exprimă diferitele atribute ale Sinelui.

O *dakini* poate avea uneori o corespondență cu arhetipul *anima*, dar poate la fel de bine să fie echivalentul arhetipului „bătrânului înțelept“, care reprezintă perspectiva superioară. Și, așa cum imaginea lui Philemon, „bătrânul înțelept“, i-a apărut lui Jung și părea destul de reală pentru el, în mod similar o zeitate apare ca fiind reală pentru cel care meditează. Diferența este însă că *dakini*, sau zeitatea, nu este o apariție spontană, așa cum a fost viziunea lui Jung cu Philemon. Este în schimb o zeitate pe care *gurul* o oferă discipolului în timpul inițierii, pentru a facilita progresul lui sau al ei, și care se alege în funcție de nevoile specifice ale individului, caracteristicile și capacitățile acestuia. O astfel de divinitate este numită *yidam* și devine tutorele și mentorul discipolului – „bătrânul cel înțelept“. S-a spus că o *dakini* „oferă percepții ascunse din straturile profunde ale ființei cuiva“.[136] Aici *dakini* ar reflecta calitatea de *anima*, pe care Jung o descrie ca o personificare a inconștientului[137] și având calitățile de interrelaționare ale lui Eros.[138]

Dar, încă o dată, trebuie subliniat faptul că toate aceste imagini antropomorfe ale panteonului tantric – zeități, *dakini-uri*, *yidame* – nu sunt identificate ca ființe exterioare, ci nu sunt altceva decât reflexiile minții individului, care sunt revelate în experiențele interioare. Prin urmare, diferitele figuri arhetipale pot apărea într-o formă sau alta în momente și în circumstanțe diferite. Scopul este de a lua contact cu aceste realități psihice și de a le aduce la suprafața conștiinței sau, cum ar spune Jung, de a le aduce în sufletele noastre. Jung a recunoscut că funcția religioasă nu este o chestiune de credință și formă exterioară care lasă sufletul cu totul sterp, ci aceasta este înrădăcinată în psihicul uman și tânjește să fie exprimată, dar poate fi descoperită doar prin proprie experiență directă. Astfel, Jung afirmă:

Iluzionându-se într-un mod cu adevărat tragic... teologii nu reușesc să înțeleagă că aceasta nu este o chestiune de a dovedi că lumina există, ci se referă la oamenii orbi care nici nu știu că ochii lor ar putea vedea. Este timpul să ne dăm seama că nu

are rost să proslăvim lumina și să o predicăm dacă nimeni nu o poate vedea. Este mult mai necesar să-i învățăm pe oameni arta de a vedea. Pentru că este evident că mult prea mulți oameni sunt incapabili să stabilească o legătură între imaginile sacre și propriul lor psihic; ei nu pot vedea în ce măsură imaginile echivalente sunt în stare latentă în propriul lor inconștient.[139]

> Pentru Jung, este evident că soluția la această problemă – dezvoltarea capacității de a folosi viziunea interioară și de a experimenta *magnum mysterium*, realitatea cosmică – poate fi atinsă numai prin contactul cu psihicul. Cu alte cuvinte, psihicul sau mintea, cum ar spune budiștii tibetani, este vehiculul transformării.

Imaginile sacre, fie că sunt cele ale panteonului tibetan, ale lumii moderne sau ale oricărei mitologii din orice timp și loc, sunt patrimoniul comun al umanității și sunt prezente în fiecare individ. Și Jung a aflat prin practica sa terapeutică că bărbații și femeile din lumea occidentală a acelor vremuri produceau spontan, din inconștientul lor, imagini din mitologiile unor locuri îndepărtate și din cele mai vechi timpuri și că aceste imagini puteau avea un efect profund și puternic asupra individului. În actul de viziune, de contact cu simbolul, aceștia se puteau renaște și energia lor psihică era transformată, un fapt pe care budiștii tibetani îl cunosc de secole.

Așa cum am menționat mai devreme, abordarea specială a lui Jung privind psihoterapia a mers dincolo de obiective și metode, așa cum sunt acestea înțelese și practicate în mod tradițional; pentru el, psihoterapia este în fond o abordare a numinosului. Acesta este teritoriul pe care Jung și tantra se întâlnesc; ambii pătrund și transformă aceleași realități psihice.

Procesul de individuație sau de dezvoltare psihologică conduce progresiv de la ego la Sine, de la inconștient la conștiință, de la personal la transpersonal, la divin și la realizarea faptului că macrocosmosul se reflectă în microcosmosul psihicului uman.

Sarcina este izbăvirea Sinelui, totalitatea psihicului, lapisul, „marea comoară care zace ascunsă în peștera inconștientului“[140], personificat în Buddha, în Vajrayogini, Frumoasa din Pădurea Adormită și sufocat de ego. Și sarcina poate fi împlinită, conform lui Jung, atunci când simbolul arhetipal, Sinele, devine conștient și este decuplat de la identificarea inconștientă cu egoul. Cu alte cuvinte, Sinele, Dumnezeu, Buddha, Vajrayogini trebuie să fie redobândite de conștiința umană. Acesta este scopul final al dezvoltării psihologice în cadrul psihoterapiei lui Jung.

Ideea care contează, simbolizând realitatea temporală a eului, îl ascunde pe Dumnezeu și a fost parte dintr-un mit gnostic, dar și tema de bază în alchimie.[141] Operația alchimică, în contrast cu lucrarea creștină de mântuire, este o strădanie activă care este uimitor de asemănătoare cu abordarea budistă. În alchimie, spune

Jung, „omul ia asupra sa obligația de realizare a *opus*-ului izbăvitor și atribuie starea de suferință și nevoia firească de redobândire, eliberare, lui *anima mundi*, care este prizonier al materiei“.[142]

Dar lucrarea de mântuire, fie că e vorba de alchimie, tantra sau viziunea lui Jung, nu poate fi lăsată în seama naturii, ci necesită un efort conștient. Mai presus de toate, trebuie să fie o experiență vie, care trebuie să aibă loc în toiul vieții. Alchimiștii credeau că „substanța care adăpostește secretul divin este pretutindeni... chiar și în mizeria cea mai dezgustătoare“.[143] Budiștii tantrici cred, de asemenea, că fiecare eveniment și fiecare situație, bune sau rele, pot deveni un vehicul al transformării spirituale. Nimic nu trebuie să fie respins. Și psihologia lui Jung salută fiecare aspect al psihicului, fără a respinge vreo parte a acestuia, și-l caută în adâncime și în înălțime, în întuneric și în lumină și în simplele evenimente exterioare și interioare ale vieții de zi cu zi.

CARTEA TIBETANĂ A MORȚILOR

În lucrarea *Comentariu psihologic la Cartea Tibetană a Morților* sau *Bardo Tödöl*, Jung afirmă că această lucrare a fost „tovarășul meu constant și acesteia îi datorez nu numai multe idei și descoperiri stimulatoare, ci și multe perspective fundamentale“.[144] *Cartea Tibetană a Morților* este aparent despre moarte și morți, oferind îndrumări sufletului celui stins din viață pe durata celor patruzeci și nouă de zile de peregrinare până la momentul renașterii.

Într-un comentariu modern, adresat în principiu lumii occidentale, Chögyam Trungpa Rinpoche o numește *Cartea Tibetană a Nașterii*, subliniind astfel faptul esențial că nașterea și moartea sunt principii fundamentale care se repetă în mod constant în această viață.[145] Sensul cuvântului *bardo* derivă din *bar*, care înseamnă „între“, și *do*, ceea ce înseamnă „insulă“ sau „marcă“. Prin urmare, este „un fel de punct de reper care stă între două lucruri“[146] și se referă la o stare intermediară, la o perioadă de tranziție. Recunoaștem aici ideea de intermediar, nivelul crepusculului conștiinței sau perioada de crepuscul de la apusul soarelui ori din zori, când ziua devine noapte, și invers. Acestea sunt stări limită, vremuri de criză când tensiunea este la apogeu, dar și cele mai pregnante din perspectivă psihologică, deoarece acestea sunt momente în care schimbarea poate avea loc cel mai ușor. Inerentă în astfel de stări este oportunitatea transformării. În fisura dintre două lumi – cea a celor vii și a celor morți, cea a morții și cea a renașterii − se află oportunitatea supremă. Potrivit *Cărții Tibetane a Morților*, în momentul care urmează imediat morții mintea este capabilă să atingă starea de eliberare. În acel moment, atingem nivelul cel mai subtil de conștiință, mintea limpede, lumina, însă, pentru că nu suntem familiarizați cu ea, ratăm oportunitatea de a o utiliza pentru a obține

iluminarea și coborâm, în schimb, progresiv înapoi în lumea inconștientului și a unei noi nașteri, atunci când roata *samsarei* și a suferinței începe să se învârtă din nou. În călătoria sa prin infern, mintea întâlnește la început zeități frumoase, liniștite, iar mai târziu pe cele înfricoșătoare și furioase. Învățătura *Cărții* spune că aceste divinități sunt doar proiecții ale minții care trebuie să fie recunoscute ca atare, cu alte cuvinte, drept forme goale și imagini iluzorii. Confuzia este apoi transformată în înțelepciune transcendentală.

În comentariul său, Jung ne cere să citim *Bardo Tödöl* invers, de la final către început. Privind-o în acest fel, ar părea parcursul procesului de individuație: de la întunericul inconștientului la lumina clară de la sfârșit. În schimb, lumina cea clară este experimentată chiar la debutul călătoriei prin *bardo*. Calea urcării sau a coborârii nivelului de conștientizare este inversată în abordările tibetane și în cele jungiene. Dar pentru budist, acesta ar fi unul și același lucru, dat fiind că nu există nici început, și nici sfârșit. Acest lucru poate fi o problemă pentru occidentali, pentru că se referă la una dintre diferențele conceptuale majore între Est și Vest în ceea privește modul de gândire, și anume că Occidentul percepe timpul liniar, în timp ce în Orient timpul este ciclic – acolo există revenirea eternă. Astfel, în timp ce Occidentul a produs *Divina Comedie*, călătoria ascensiunii sufletului, Orientul a produs *Bardo Tödöl*, calea coborârii minții.

Pentru Jung, a fost de la sine înțeles că „întreaga carte este creată din conținutul arhetipal al inconștientului". Potrivit acestuia, lumea zeilor și a spiritelor este de fapt inconștientul colectiv din noi.[147] Prezentând această carte lumii occidentale, Jung i-a recunoscut importanta semnificație psihologică, înțelegerea remarcabilă a fenomenului de proiecție și implicațiile filosofice: vremelnicia lumii fenomenale, relative și permanența realității eterne absolute. Prin comentariul său a făcut *Cartea* la fel de relevantă pentru occidentalii contemporani precum a fost pentru societatea îndepărtată și retrasă a Tibetului, cu multe secole în urmă.

Astăzi, într-un mod oarecum diferit, Trungpa Rinpoche aruncă lumină asupra semnificației lui *Bardo Tödöl* și o privește dintr-un alt punct de vedere. El interpretează experiența *bardo* din perspectiva celor șase tărâmuri ale existenței prezente în mitologia budistă – tărâmurile iadului, ale fantomei flămânde, ale animalului, ale omului, ale zeilor geloși și ale zeilor – și le pune în corespondență cu aspectele stărilor noastre psihologice. Tărâmul iadului este starea de furie, care devine autodistructivă. Tărâmul fantomei flămânde este starea de foame insațiabilă pentru bunuri. Tărâmul animal reprezintă lipsa misterului; acesta este lumea siguranței și a confortului, previzibilă și mecanică. Tărâmul uman este lumea pasiunii și căutarea neîncetată a plăcerii și a bogățiilor materiale. Tărâmul zeilor geloși este lumea guvernată de paranoia și de intrigi. În cele din urmă, tărâmul

zeilor este starea de mândrie și de narcisism, starea de intoxicare cu egoul personal.[148]

Toate aceste tărâmuri sunt portrete ale acestei lumi a *samsarei*, ale frustrării și ale suferinței. În zeitățile pe care sufletul le întâlnește recunoaștem zeii familiari ai vieții noastre de zi cu zi, care ne bântuie și ne afectează tot timpul dacă nu îi recunoaștem. Asta înseamnă că trebuie să devenim conștienți de aceste aspecte, să le integrăm și să dezvoltăm o atitudine etică, dacă vrem să trăim vieți complete și pline de sens. În caz contrar, la fel ca în viziunile din călătoria prin *bardo*, putem merge progresiv din ce în ce mai adânc în inconștient, până ajungem la intunericul total, la punctul fără întoarcere.

MANDALA

Mandala, cercul mistic, este un simbol foarte important și semnificativ în budismul tibetan. Este unul dintre simbolurile cele mai vechi, care, conform lui Jung, poate fi regăsit încă din paleolitic[149] și poate fi întâlnit pretutindeni și în toate perioadele. Cele mai elaborate și artistice *mandale* au fost create de budiștii tibetani. Acestea sunt imagini care conțin simboluri ale contrariilor grupate în jurul unui nucleu central, iar structura și concepția lor exprimă atât lumea proiectată în afară, cât și lumea interioară a psihicului. Astfel, pentru discipol, acestea dezvăluie interacțiunea forțelor care operează în cosmos și în propria lui minte.

Mandalele tibetane nu sunt simple compoziții estetice, ci sunt simboluri religioase și filosofice, cu semnificații precise stabilite prin tradiție. Ni se spune că...

> fiecare detaliu al lor este semnificativ și nu depinde de starea de spirit sau de capriciile vreunui artist, ci este rezultatul a secole de experiență meditativă și un limbaj convențional al simbolurilor la fel de precis ca limbajul semnelor din formulele matematice, unde nu doar fiecare semn, ci și poziția sa în formulă îi determină valoarea.[150]

Cu alte cuvinte, *mandalele* s-au născut din viziuni și experiențe interioare ale celor foarte avansați în meditație și într-un mediu special, deosebit de creativ spiritual.

Jung, pe de altă parte, prin experiențele personale și prin munca sa cu pacienții, a observat același motiv al *mandalei* apărând spontan când psihicul este într-un proces de reintegrare în urma unei perioade de dezechilibru. În acele cazuri, autorii *mandalelor* nu aveau cum să aibă cunoștință de budismul tibetan. Jung a văzut că în cazul pacienților săi cu schizofrenie „simbolurile *mandalelor* apar frecvent în momente de dezorientare psihică drept factori de ordonare compensatorii. Acest aspect este exprimat mai ales în structura lor matematică“.[151] El a concluzionat că *mandala* este un arhetip al ordinii, al integrării psihice și al plenitudinii și apare ca o încercare naturală de autovindecare. Jung a găsit însă cele mai multe dovezi

surprinzătoare de formare a *mandalelor* în visele și în imaginația activă a pacienților săi care erau în călătoria lor spre individuație. Conținutul acestor viziuni exprimă într-un mod simbolic ciocnirile violente dintre contrarii și eventuala reconciliere a acestora, atunci când Sinele apare în centrul psihicului și este reprezentat de punctul cel mai intim. Armonia care se stabilește în acel moment are o calitate numinoasă.

După ce au fost inițiați, discipolilor din budismul tantric le sunt date instrucțiuni specifice despre cum să vizualizeze *mandala*, în care sunt reprezentate zeitățile pașnice și cele teribile, forțele conflictuale ale existenței, impulsurile primordiale și pasiunile, precum și scânteia de divinitate – toate aflându-se în adâncurile psihicului. Prin pătrunderea mentală în *mandale*, aceștia explorează aspectele brute și subtile ale minții lor, inconștientul lor și se apropie treptat de propriul centru nuclear, acolo unde toate contrariile sunt reunite. Întregul proces este exprimat prin intermediul simbolurilor complexe, recapitulând drama fragmentării psihice, a dezintegrării și a reintegrării: de la dualitate, multiplicitate, fragmentare psihică după unitatea primordială inconștientă, la reintegrarea psihică, nondualitate, conștiință pură.

În ciuda infinitei varietăți de *mandale*, fie că sunt produse de practicienii tantrici ai meditației, fie în visele și imaginația activă a pacienților lui Jung sau de către ființe umane de oriunde din lume, găsim în ele o conformitate fundamentală la model, pentru că ele provin din inconștientul colectiv, care este comun pentru întreaga omenire. Acestea sunt simboluri ale unității, reconciliind contrariile la un nivel superior de conștiință. În același timp, sunt un mijloc de exprimare a unei realități universale și, prin faptul că sunt exprimate și contactate, produc efecte profunde inducând experiențe transformatoare. În motivul mandalei, Jung a văzut „unul dintre cele mai bune exemple ale funcționării universale a unui arhetip“.[152]

---

[126] C. G. Jung, Man and His Symbols (New York: Dell Publishing Co., 1964), p. 88.

[127] Govinda, Foundations of Tibetan Mysticism, pp. 91–92.

[128] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 48.

[129] Michael Adams, “The Benzene Uroboros“, Spring (1981), pp. 149–61.

[130] Erich Neumann, The Great Mother (Princeton: Princeton University Press, 1963), pp. 332–35.

[131] Govinda, Foundations of Tibetan Mysticism, p. 192.

[132] Ibid., p. 172.

[133] C. G. Jung, Psychological Types (Princeton: Princeton University Press, 1971), p. 446.

[134] Nathan Katz, “Anima and mKha’-’gro-ma: A Critical Comparative Study of Jung and Tibetan Buddhism“, The Tibetan Journal, Vol. 2, No. 3 (Autumn 1977), pp. 13–43.

[135] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, p. 192.

[136] S. K. Ramachandra Rao, Tibetan Meditation: Theory and Practice (New Delhi: Arnold-Heineman, 1979) p. 32.

[137] Jung, Aion, p. 11.

[138] Ibid., p. 14.

[139] Jung, Psychology and Alchemy, p. 13.

[140] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 142.

[141] Edward Edinger, Ego and Archetypes (New York: Penguin Books, 1972), p. 102.

[142] Jung, Psychology and Alchemy, p. 306.

[143] Ibid., p. 313.

[144] W. Y. Evans-Wentz, ed. The Tibetan Book of the Dead (New York: Galaxy, 1960), p. xxxvi.

[145] Francesca Fremantle și Chögyam Trungpa, The Tibetan Book of the Dead (Boulder: Shambhala, 1975), p. 1.

[146] Ibid., p. 10.

[147] Evans-Wentz, op. cit., p. li.

[148] Fremantle și Trungpa, op. cit., pp. 5–10.

[149] Jung, “Commentary on the Secret of the Golden Flower“, p. 30.

[150] Anagarika Govinda, Creative Meditation and Multi-Dimensional Consciousness (Wheaton: Theosophical Publishing House, 1976), p. 61.

[151] C. G. Jung, The Psychogenesis of Mental Disease (Princeton: Princeton University Press, 1960), p. 270.

[152] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 353.

5. Conexiuni, similarități și diferențe

INTRODUCERE

În acest capitol mi-am propus să discutăm în primul rând despre echivalența conceptuală și metodologică dintre cele două sisteme și să identificăm punctele în care acestea se întâlnesc, sunt similare sau paralele, cât și cele în care diferă. Apoi voi analiza perspectiva lui Jung asupra tradițiilor orientale în ceea ce privește relevanța lor pentru lumea occidentală, precum și perspectiva sa și cea a budiștilor tibetani cu privire la posibilele pericole inerente în practica tantra. La final, aș dori să comentez pe marginea problemelor de etică și a impactului lor potențial asupra comunității mondiale, acestea fiind un aspect important și integral al celor două sisteme.

CONȘTIINȚA ȘI INCONȘTIENTUL

Conceptele de bază de conștiință și inconștient în sistemul lui Jung și în budism au o varietate de conotații și, prin urmare, devin deseori subiectul multor interpretări greșite și denaturări. Pentru a complica problema, conceptele lui Jung sunt adesea confundate cu cele ale lui Freud, care sunt extrem de diferite. Voi încerca să revizuiesc unele dintre ele, fiind conștientă de faptul că cercetarea mea este extrem de inadecvată. O viață întreagă – sau, cum ar spune budiștii, câteva vieți – de studiu și practică ar permite cu greu cuiva să înțeleagă pe deplin aceste concepte aparținând ambelor sisteme.

Jung consideră conștiința și inconștientul ca având o importanță egală.[153] Cu toate acestea, conștiința este un „descendent născut mai târziu al psihicului inconștient“[154], ceea ce înseamnă că prima se naște din cel de-al doilea. Într-un anume context, Jung echivalează conștiința cu egoul.[155] El postulează astfel:

Conștiința are nevoie de un centru, de un ego pentru care ceva devine conștient.

Nu cunoaștem niciun alt fel de conștiință și nici nu putem imagina o conștiință fără un ego. Nu poate fi nicio conștiință atunci când nu există nimeni care să spună: „Sunt conștient“.[156]

Jung consideră că, de fapt, conștiința, „cea mai remarcabilă dintre toate curiozitățile naturii“, există și este animată de un impuls de a crește pentru simplul motiv că fără ea „lucrurile merg mai puțin bine.“[157] Pe de altă parte, Jung vorbește despre „conștiința superioară“, care este o conștiință mai profundă și mai receptivă ce ține de planul transpersonal.

Și parafrazând o propoziție de-a lui Ignatius Loyola, pe care a transpus-o în terminologia psihologică, Jung afirmă:

> Conștiința umană a fost creată cu scopul (1) de a putea să-și recunoască … descendența dintr-o unitate superioară …; (2) de a acorda atenția cuvenită acestei surse …; (3) de a-i îndeplini solicitările în mod inteligent și responsabil …; și astfel (4) de a-i permite psihicului, ca un întreg, să atingă gradul optim de existență și dezvoltare.[158]

Potrivit lui Jung, simbolurile plenitudinii, care determină și transcend contrariile, ar putea fi numite „conștiință“, precum și „sine“, „ego superior“ sau orice altceva. Pentru el, „toți acești termeni sunt pur și simplu nume pentru faptele care au importanță în sine“.[159]

Dezvoltarea și extinderea sferei de conștiință reprezintă ceea ce numește Jung individuație.[160] Dar el postulează că mintea conștientă ocupă doar o poziție relativ centrală, în timp ce psihicul inconștient o înconjoară pe aceasta.[161]

Inconștientul este zona psihicului cu posibilități nelimitate. Acesta este „matricea tuturor potențialităților“[162] și este cel mai bine imaginat ca o stare fluidă care are o viață proprie și a cărei activitate este autonomă și independentă. „Inconștientul percepe, are scopuri și intuiții, simte și gândește la fel ca mintea conștientă.“[163] Jung definește conținutul inconștientului după cum urmează:

> … tot ceea ce știu, dar la care nu mă gândesc momentan; toate cele de care am fost odată conștient, dar pe care le-am uitat acum; tot ceea ce este perceput de simțurile mele, dar care nu este reținut de mintea mea conștientă; tot ceea ce, involuntar și fără a-i acorda atenție, simt, gândesc, îmi amintesc, îmi doresc și fac; toate lucrurile viitoare care prind viață în mine și care vor ajunge cândva la suprafața conștiinței…[164]

Astfel, inconștientul include viitorul conținut al psihicului conștient și anticipează viitoarele procese conștiente. Dar, în plus, inconștientul conține depozite ancestrale acumulate din vremuri imemoriale. Prin urmare, pentru Jung, inconștientul are o față Janus: o parte a acesteia este îndreptată către preistorie, către lumea instinctelor primare, pe când cealaltă parte este îndreptată către viitorul destin al omului.[165] Acesta este un paradox, pentru că „inconștientul este văzut ca un factor creator, chiar ca un inovator îndrăzneț și totuși, în același timp, este fortăreața conservatorismului ancestral“.[166] Precum Mercurius – personificare

a inconștientului, este dualist și conține toate aspectele naturii umane: întunecat și luminos, rău și bun, animalic și supraomenesc, demonic și divin.[167] Ne putem gândi la inconștient ca la un tezaur care este sursa tuturor inspirațiilor, a întregii creativități și înțelepciuni. Fiind un sistem psihic autonom, care vorbește în limba simbolurilor, unul dintre rolurile sale este de a corecta prejudecățile minții conștiente și de a-i compensa unilateralitatea cu o percepție mai largă, imaginară, nonrațională, care restabilește echilibrul și dezvăluie un sens mult mai cuprinzător. Motivele inconștiente sunt de multe ori mai înțelepte și mai obiective decât gândirea conștientă. Prin urmare, inconștientul poate fi un ghid valoros care indică totodată calea către adevărata noastră destinație, o destinație care este adevărată pentru fiecare dintre noi și nu este falsificată de prejudecățile minții conștiente.

La baza conștiinței individuale separate și a inconștientului din spatele acesteia se află inconștientul colectiv, un patrimoniu colectiv al întregii umanități și sursa universală a întregii vieți conștiente. În adâncul inconștientului colectiv nu există diferențe individuale sau culturale, nu există separare. Acesta este tărâmul unității primordiale, al nondualității și prin intermediul său fiecare persoană este conectată cu restul omenirii.

Budiștii tibetani spun că mintea conștientă, atunci când este clară, limpede, liberă de proiecții – conștiința pură – este rădăcina fericirii și a eliberării și este experimentată ca o stare de beatitudine. Aceasta este cea mai înaltă stare de conștiință, cunoscută sub numele de lumină clară. Cu toate acestea, există diferite tipuri și grade de conștiință și ele sunt descrise în termeni diferiți. În mod similar, există diferite niveluri ale conștiinței și ale inconștientului în structura psihicului, așa cum au fost conceptualizate de Jung.

Una din școlile budiste consideră că există șase tipuri de conștiință: a vederii, a auzului, a mirosului, a gustului, a atingerii și conștiința mentală. Deasupra acestor șase tipuri este conștiința suferindă, sau amăgită, responsabilă de concepția greșită a egoului. Iar la baza întregii conștiințe este „conștiința-depozit“ (*alaya-vijnana*), sursa întregii conștiințe, în care sunt stocate toate experiențele individului de la începutul timpului. Conținutul său latent le apare celorlalte tipuri de conștiință atunci când este trezit de condițiile și asocierile corespunzătoare.[168]

Noțiunea de conștiință-depozit corespunde în mod clar conceptului de inconștient prezentat de Jung. La fel ca în descrierea făcută de Jung inconștientului, Lama Govinda susține că *alaya-vijnana* ...

> ... conține în aceeași măsură calități demonice și calități divine, cruzime și compasiune, egoism și altruism, amăgire și cunoaștere, pasiune oarbă și cele mai obscure energii, precum și dor profund de lumină și eliberare.[169]

Discutând experiența tantrică, Lama Govinda afirmă:

> Nu este suficient să ne identificăm cu unitatea unei origini comune sau a unei potențiale stări de *buddha*, dacă nu facem pasul decisiv spre transformarea și reintegrarea înclinațiilor sau elementelor divergente ale psihicului nostru.[170]

Când încercăm să comparăm, așa cum a făcut Jung, conceptul budist de minte iluminată cu inconștientul colectiv sau conștiința superioară, vom întâlni obstacole enorme din cauză că toate aceste concepte au multe aspecte diferite și sunt ambigue și controversate. Mai mult decât atât, avem de-a face aici cu două categorii diferite: cea filosofică și metafizică, pe de o parte, și cea psihologică, pe de altă parte, așa că nicio comparație reală nu ar putea fi făcută. Cu toate acestea, în fiecare sistem, fie că este cel budist sau cel al lui Jung, aceste categorii reprezintă doar cunoaștere abstractă și nu exprimă și nici nu pot exprima experiența profundă care este scopul ambelor, și anume transformarea individuală realizată prin transcenderea existenței lumești și, astfel, atingerea stării de eliberare sau de autorealizare. În acel moment de transcendență cunoașterea încetează să mai fie filosofică sau psihologică: aceasta este cunoașterea inefabilă, directă, imediată, dincolo de cuvinte și gânduri, experiența vidului (*shunyata*), numinosul, Sinele, comuniunea umanului cu divinul.

Într-o manieră sau alta, Jung a făcut referire la această experiență în mare parte din scrierile sale, dar a reușit să exprime cel mai elocvent toate acestea în lucrarea „*Septem Sermones ad Mortuos – Șapte Predici pentru cei Morți*, scrise în timpul perioadei sale de confruntare cu inconștientul. Această lucrare scurtă, dar extraordinară, plină de paradoxuri, amintește izbitor de mult de gândirea budistă. De fapt, ea poate fi considerată un ecou al cuvintelor din *Sutra Inimii*: „forma este vidul, vidul este forma“ sau al afirmației din *Lankavatara Sutra* conform căreia „spațiul este forma și ... precum spațiul pătrunde forma, forma este spațiu.“[171] Jung prezintă astfel acest concept:

> Neantul este la fel ca plenitudinea. În infinit, plinul nu este mai bun decât golul. Neantul este atât gol, cât și plin .... Un lucru care este infinit și veșnic nu are calități, din moment ce acesta posedă toate calitățile.[172]

Jung numește acest neant sau plenitudine *pleroma*[173], pe care o distinge de *creatura*, principiul diferențierii. În pleroma, „atât gândirea, cât și sufletul încetează, deoarece eternul și infinitul nu posedă nicio calitate .... În *pleroma*, este totul și nimic.“[174] Și într-un alt pasaj Jung scrie:

> Tot ceea ce discriminarea ia din *pleroma* este o pereche de contrarii. Lui Dumnezeu, prin urmare, îi aparține întotdeauna diavolul.
>
> Această inseparabilitate este la fel de aproape și, așa cum viața ne-a făcut să vedem, la fel de indisolubilă ca *pleroma* în sine. Astfel, ambele sunt foarte aproape de *pleroma*, în care toate contrariile dispar și apar.[175]

Recunoaștem în *pleroma* conceptul budist de vid, precum și cel mai important

concept tantric, respectiv cel al polarității și al întregirii sale, care se află chiar în inima fiecărei practici meditative din cadrul sistemului Vajrayana. În același timp, conceptul „de funcție transcendentă“ al lui Jung este o dezvoltare și o aplicare practică a principiului *pleroma*. Trebuie remarcat faptul că Jung a scris *Septem Sermones ad Mortuos* în momentul în care nu descoperise încă tradițiile orientale.

TRANSFORMAREA SPIRITUALĂ

Țelul final al psihologiei lui Jung și al budismului tibetan este transformarea spirituală. Jung se referă la aceasta ca la autorealizare, împlinire, în timp ce pentru budiștii tibetani este starea de *buddha*, iluminarea pentru binele tuturor ființelor. Potrivit acestora, fiecare individ are potențialul de a deveni un *buddha*, de a atinge transformarea supremă. Dorința de lumină, pentru o conștiință superioară, atât pentru budiști, cât și pentru Jung, a fost mereu prezentă și este omniprezentă. Așa cum spune Jung:

> ... în suflet, încă de la începuturile sale primordiale, a existat o dorință de lumină și un imbold de nestăpânit de a se ridica din întunericul primordial ... din noaptea psihică primară... este aceeași dorință astăzi precum a fost timp de nenumărate milioane de ani. Dorul de lumină este dorul de conștiință.[176]

Pentru un budist este aspirația spre starea de *buddha*, care este chintesența naturii umane, iar pentru Jung este aspirația către împlinire. În ambele cazuri, implică o lungă și, pentru Jung, nesfârșită călătorie, care este unică pentru fiecare individ și care poate fi realizată numai în minte. În special în budismul tantric mintea este regele, a cărui putere este nelimitată. La fel ca alchimistul care poate preschimba metalul în aur, mintea poate să transforme orice eveniment în înțelepciune transcendentă și să-l utilizeze ca pe un mijloc de a atinge iluminarea. Și această putere maiestuoasă se află în noi, nu în altă parte și nu în afara noastră, dar ca să o recunoaștem avem nevoie de cheia conștiinței.

Potrivit învățăturii budismului tantric, iluminarea poate fi atinsă în viața prezentă. Aceasta constă într-o schimbare fundamentală în percepția noastră asupra realității, în „transformarea în cel mai profund sediu al conștiinței“, când „eu“ sau conștiința de sine și-a îndreptat atenția asupra conștiinței universale. Aceasta este „experiența intuitivă a infinitului și unitatea atotcuprinzătoare a tot ceea ce este.“[177] Experiența poate fi, de asemenea, descrisă ca o descoperire a unei lumi dincolo de lumea obișnuită a aparențelor, în care toate contrariile încetează să mai existe. În acest spațiu deschis, ființa abandonează toate limitările; aici nu există nicio exclusivitate, nicio aceasta sau aceea, ci aceasta și aceea; totul este inclus, nimic nu este respins. Aceasta este lumea nondualității, *pleroma*, din care totul se naște și în care totul dispare. Budiștii o numesc *shunyata*, vidul, spațiul deschis care conține deopotrivă principiile cauzalității și ale sincronicității.

În cel mai adânc sens metafizic, acesta [vidul] este fondul primordial, punctul de plecare al întregii creații mereu prezent. Este principiul potențialității nelimitate.... Pe plan intelectual, *shunyata* reprezintă relativitatea tuturor lucrurilor și condițiilor, în măsura în care nu există niciun lucru în mod independent, ci doar în relație cu altele – și, în cele din urmă, în relație cu întregul univers. Această relație este mai mult decât o simplă relație cauzală spațiu – timp; este un teren comun și o prezență simultană a tuturor factorilor existențiali...[178]

Din punct de vedere tantric, fiecare ființă conține în ea întregul univers. Nu există nicio separare a minții individuale și a celei universale, mintea nefiind supusă limitării în timp și spațiu. Astăzi, descoperirile fizicii moderne dezvăluie viziunea de bază a lumii ca fiind una a unității, a interrelației și a întrepătrunderii tuturor lucrurilor și evenimentelor.[179] Și în conformitate cu învățăturile din *Avatamsaka Sutra*,

Toate tărâmurile-*buddha* și toți cei care au atins starea de *buddha* se manifestă în propria mea ființă...[180]

Această viziune este similară cu convingerea lui Jung că macrocosmosul se manifestă în microcosmosul psihicului uman. El vorbește despre...

... acea dimensiune necunoscută din om, care este la fel de universală și amplă precum lumea însăși și care există în el în mod firesc și nu poate fi dobândită. Psihologic, aceasta corespunde inconștientului colectiv....[181]

Inconștientul colectiv este tărâmul psihicului în care predomină nondualitatea, dar care conține, ca și vidul, principiul potențialității nelimitate. Astfel, pentru Jung, principiile universului sunt reflectate în psihicul uman.

UNIUNEA CONTRARIILOR

Conceptul fundamental din tantra este recunoașterea polarității, iar integrarea ei este nucleul practicii tantrice: unirea energiilor masculine și feminine, a materiei și a spiritului, a principiilor active și pasive, a înțelepciunii – principiul discriminatoriu (personificat de Manjushri, *buddha* al înțelepciunii) și a compasiunii – principiul unificator (personificat de Avalokiteshvara, *buddha* al compasiunii).

Principiul contrariilor este de asemenea de o importanță majoră în psihologia lui Jung. Pentru Jung, opoziția este inerentă în structura psihicului, la fel cum este și în cosmos: cosmologicul se reflectă la nivel psihologic. În cadrul psihologiei sale, perechea fundamentală de contrarii este cea alcătuită din conștiință și inconștient. S-ar putea spune că, la nivel cosmologic, conștiința reprezintă *creatura*, individualitatea, iar inconștientul, *pleroma*, nondualitatea.

La nivel psihologic, semnificația principiului contrariilor constă în faptul că psihicul este o unitate dinamică, un sistem de autoreglare în care conștiința și inconștientul sunt complementare între ele. Negând oricare dintre acestea ajungem la unilateralitate, dezechilibru și, prin urmare, la pierderea plenitudinii.

„Întotdeauna trebuie să fie un mare și mic, un cald și rece etc.“, spune Jung. Cu toate acestea, „ideea nu este convertirea în contrariu, ci conservarea valorilor anterioare, împreună cu recunoașterea opusului acestora“.[182] Nimic nu este respins și nimic nu este acceptat ca absolut. În opinia lui Jung:

> Este ... o greșeală fundamentală să ne imaginăm că, atunci când vedem non-valoarea în valoare sau neadevărul în adevăr, valoarea sau adevărul încetează să mai existe. Acestea doar au devenit *relative*. Tot ceea ce ține de uman este relativ pentru că totul se bazează pe o polaritate lăuntrică.[183]

Pentru Jung, „*uniunea contrariilor prin calea de mijloc*“ este „elementul fundamental de experiență lăuntrică“.[184] Rezoluția contrariilor pune capăt conflictelor și aduce plenitudinea. Dar plenitudinea nu poate fi realizată prin suprimare sau negație, care sunt întotdeauna unilaterale, ci doar prin înălțarea perspectivei personale la un nivel superior de conștiință. Aceasta este premisa de bază a metodei psihologice a lui Jung. „Individuația sau starea de a deveni un întreg“, spune el, „nu este nici *summum bonum*, nici *summum desideratum*, ci experiența dureroasă a unirii contrariilor.“[185] Aș dori să sugerez totuși că realizarea unirii contrariilor este *summum bonum* pentru că aduce cu ea libertatea spirituală, experimentată în personalitatea desăvârșită și unificată.

În călătoria sa pe calea către iluminare, Buddha a abandonat ascetismul, pentru că trebuie să fi realizat că prin practicarea acestuia nu făcea altceva decât să respingă o parte din sine și, prin urmare, plenitudinea nu putea fi atinsă. În schimb, el a adoptat și mai târziu i-a învățat și pe alții despre calea de mijloc.

CALEA DE MIJLOC ȘI MADHYAMIKA

Calea lui Buddha, calea de mijloc, a fost reformulată și sistematizată în termeni filosofici de filosoful indian din secolul al treilea, Nagarjuna, în cadrul sistemului său de gândire Madhyamika (Calea de Mijloc), care este considerat a fi filosofia centrală a budismului Mahayana. În timp ce Buddha și-a păstrat „tăcerea nobilă“ atunci când îi erau adresate întrebări filosofice și metafizice, Nagarjuna, un dialectician genial, a aplicat metoda dialectică și a susținut că adevărul trebuie căutat în orice viziune sau concept, în orice sistem de înțelegere. Adevărul, absolutul, care este inexprimabil, poate fi înțeles numai prin elevarea deasupra oricărui fel de exclusivitate. Conflictul produs de rațiune și atitudinile opuse poate fi rezolvat prin atingerea unei viziuni superioare – cu alte cuvinte, prin conștientizarea mai degrabă a întregului decât a părților separate. Astfel, individul poate ajunge la intuiție, considerată a fi o facultate mai mare: cunoașterea nonduală, cunoașterea Realului, a Absolutului.

Și iată și punctul de vedere al lui Jung asupra intuiției:

> În intuiție, un conținut se prezintă întreg și complet, fără ca noi să fim în stare să ne explicăm sau să descoperim modul în care acest conținut a apărut... Cunoașterea intuitivă posedă o certitudine și o convingere intrinseci...[186]

Punctul central în filosofia lui Nagarjuna este regula căii de mijloc, care, în practică, înseamnă: „să vedem lucrurile așa cum sunt, să recunoaștem posibilitatea de a determina lucrurile diferit din diferite puncte de vedere și să recunoaștem faptul că aceste determinări nu pot fi considerate ca absolute“.[187]

La fel de fundamentală în filosofia lui Nagarjuna este distincția dintre adevărul lumesc și cel suprem, care este de fapt unul dintre fundamentele învățăturii lui Buddha, întotdeauna evidențiat în budismul Mahayana. Dar acest lucru nu înseamnă o separare între lumesc și transcendental. Este vorba mai degrabă de realizarea faptului că lumescul are un caracter relativ și de o intensificare firească a conștientizării interioare în procesul în care lumescul, superficialul nu este distrus, ci se transformă și apoi este văzut într-o nouă lumină.[188]

Madhyamika ne învață că...

> ... realizarea supremă nu constă în renunțarea la lumesc, ci în a învăța să-l vedem „cu ochii înțelepciunii“... Ceea ce trebuie abandonat sunt ideile preconcepute și atașamentele false ale ființei.... Acest lucru se aplică nu numai vieții reale, ci și cuvintelor, conceptelor, înțelegerii și sistemelor de înțelegere.[189]

EGO ȘI NON-EGO

În sistemul tantric, orice plăcere lumească, orice experiență a simțurilor, orice ocazie din această lume poate deveni o șansă la iluminare atunci când se recurge la înțelepciune. Am văzut că înțelepciunea (*prajna*) implică non-exclusivitatea, non-atașamentul, principiul relativității, *shunyata*.

Cel mai mare obstacol este egoul. Conform gândirii budiste, egoul − sau, mai degrabă, *perspectiva* individului asupra „Eului“ − constituie cauza tuturor problemelor și suferințelor. Atunci când budiștii vorbesc despre ego, se referă la credința iluzorie într-o entitate solidă, concretă, separată, independentă și deconectată de la orice alte fenomene. În acest sens, egoul devine în mod natural o barieră de netrecut între sine și restul lumii, cu nicio posibilitate de comunicare și comuniune adevărată nu numai cu alții, ci și cu profunzimile propriei ființe. Această barieră trebuie să fie înlăturată, pentru că este principalul obstacol pe calea către eliberare.

Prin urmare, scopul nu este atât de mult dezintegrarea egoului, ci mai degrabă înlăturarea perspectivei false a acestuia; și ceea ce este de realizat este o deschidere deplină față de toate posibilitățile care ni se prezintă și, mai presus de toate, realizarea faptului că suntem infinit mai mult decât am crede că suntem atunci când ne identificăm cu egoul nostru meschin. Odată ce ne eliberăm de robia lumii noastre egocentrice avem un potențial nelimitat: un budist ar spune că astfel putem deveni un *buddha*.

Într-adevăr, potrivit lui Jung, egoul, plin de distorsiuni și proiecții, trebuie să fie dezintegrat înainte ca Sinele să poată apărea. Cu toate acestea, Sinele, care este totalitatea psihicului, include egoul. În procesul de individuație, ființa nu distruge egoul, ci mai degrabă îl plasează în raport de subordonare cu Sinele. Egoul nu mai este centrul personalității; Sinele, *mandala*, care unește toate contrariile, este centrul său. Ceea ce este dezintegrat este egoul infatuat, real, urmărindu-și scopurile exclusive, egoiste și propriile impulsuri. Egoul individualizat, în raport cu Sinele, nu este necesar numai pentru funcționarea adecvată a ceea ce budiștii numesc nivelul lumesc al realității, ci și de o importanță crucială în întâlnirea cu transpersonalul, pentru a păstra integritatea psihicului.

Pentru Jung, transformarea este obiectivul psihoterapiei, iar dispariția egoului este singurul criteriu de schimbare. Dar el susține că în mod frecvent pentru occidentali „un ego conștient și o înțelegere cultivată trebuie să fie mai întâi produse printr-o analiză, înainte ca ființa să se poată gândi la abolirea egoului“.[190]

Cu toate acestea, în sensul alchimic al *solutio*, dezintegrarea solului uscat, dur al conștiinței egotice, printr-o confruntare cu și printr-o fertilizare de către inconștientul fluid, este o condiție prealabilă necesară pentru ca transmutarea să aibă loc. Acesta este un alt mod de a vedea sacrificiul eului personal pentru Sinele transpersonal, procesul continuu al morții și al renașterii. Experiența nondualității, experiența mistică sau orice act de creație trebuie să treacă prin acest proces.

Iluzia unui ego permanent, separat nu înseamnă că nu există nicio individualitate. Unitatea noastră esențială cu universul, în opinia lui Lama Govinda, …

> … nu este uniformitatea sau simpla identitate , ci o relație organică, în care diferențierea și unicitatea funcției sunt la fel de importante ca unitatea supremă sau fundamentală.
>
> Individualitatea și universalitatea nu sunt valori reciproc exclusive, ci două fețe ale aceleiași realități, compensându-se, împlinindu-se și completându-se reciproc, devenind una în experiența iluminării. Această experiență nu dezintegrează mintea într-un Tot amorf, ci mai degrabă aduce realizarea faptului că individul în sine conține totalitatea concentrată chiar în esența sa.[191]

Universalitatea și individualitatea, unitatea și diversitatea, *pleroma* și *creatura*, *nirvana* și *samsara* sunt cele „două părți ale aceleiași realități“ – niciuna nu poate exista în absența părții sale contrare.

SUFERINȚA ȘI METODELE DE VINDECARE

Atât budismul, cât și Jung au ca preocupare principală eliberarea de suferință. De fapt, întregul sistem budist a evoluat în jurul acestei idei de bază formulate inițial de Buddha în cele patru adevăruri nobile, potrivit căreia întreaga viață este suferință, dar că poate exista un sfârșit concret pentru această suferință. În

budismul Mahayana, idealul *bodhisattva*, simbolul compasiunii este expresia supremă a preocupării de bază de a conduce fiecare ființă spre starea de eliberare de suferință, spre iluminare.

Și Jung ne spune în autobiografia sa și prin întreaga sa operă că este preocupat de vindecarea suferinței umane. „Noi nu profesăm“, spune el, ...

> ... o psihologie doar cu pretenții academice și nici nu căutăm explicații care nu au legătură cu viața. Ceea ce ne dorim este o psihologie practică care aduce rezultate dovedite – una care explică lucrurile într-un mod care să fie justificat prin rezultate față de pacient.[192]

Dar spre deosebire de Buddha, Jung nu percepe posibilitatea de a se pune capăt suferinței. În opinia sa, fericirea și suferința reprezintă doar o altă pereche de contrarii, indispensabile vieții, în care una nu poate exista fără cealaltă. El afirmă:

> Omul trebuie să facă față problemei suferinței. Orientalul vrea să scape de suferință prin lepădarea de aceasta. Omul occidental încearcă să suprime suferința cu medicamente. Dar suferința trebuie să fie depășită și singura cale de a o depăși este de a o îndura. Învățăm aceasta doar de la El [Hristos cel răstignit].[193]

Într-un alt moment, Jung discută posibilitatea cu două tăișuri a consecințelor suferinței: ea poate fi o disciplină „necesară pentru haosul emoțional al omului, dar, în același timp, poate ucide spiritul viu... dacă suferința este educativă sau demoralizatoare rămâne pentru totdeauna o chestiune nerezolvată... Soarta omului a oscilat întotdeauna între zi și noapte. Nu putem face nimic pentru a schimba acest lucru“.[194] Astfel, suferința are potențialul de a deveni un „motor psihic“, un preludiu la procesul de vindecare și individualizare sau poate duce la patologie. Simptomele dureroase ale unei nevroze sunt de multe ori expresia aspirației psihicului către plenitudine. Simptomele conțin semințe ale potențialului ce se cere să fie actualizat, iar atunci când se lucrează cu ele, mai degrabă decât să fie evitate sau suprimate, devin surse de noi realizări, de o nouă unificare – „noaptea întunecată a sufletului“ se transformă în iluminare. Jung a experimentat toate acestea de-a lungul vieții sale. Pe de altă parte, suferința excesivă, copleșitoare, mai ales într-un individ a cărui constituție interioară este slabă și al cărui ego este deconectat de la Sine, poate duce la direcții diametral opuse: nebunie, criminalitate și alte tipuri de patologie.

Calea care duce via infern la iluminare, la Sine nu este deloc una ușoară. Este nevoie să sacrificăm comoara noastră cea mai prețuită, egoul nostru, astfel încât Sinele să poată apărea. În mod similar, budiștii spun că rădăcina tuturor suferințelor este atașamentul față ego și ne îndeamnă să renunțăm la acesta fără zăbavă, astfel încât adevărata noastră natură, natura noastră de *buddha* să poată fi dezvăluită. Dar acest lucru poate surveni doar spontan, nu poate fi forțat, nici prin metodele terapeutice ale lui Jung, nici prin vreo metodă budistă.

În ambele sisteme, calea diferă de la un individ la altul și se săvârșește

întotdeauna în interiorul indivizilor drept munca lor lăuntrică cu caracter unic. Procesul de individuație al lui Jung, călătoria sa spre întregire este o preocupare foarte individuală. Jung chiar s-a opus folosirii terapiei de grup ca metodă psihoterapeutică. Calea adeptului budist este de asemenea foarte individuală, deși aceasta face uz de practicile de grup, recunoscând energia puternică care este generată de grup și în special de participarea la ritualuri.

Există invariabil, în ambele sisteme, o metodă nondogmatică, empirică, ce vizează trăirea experienței interioare, un mod dinamic de a merge spre interior, unde putem descoperi sămânța iluminării, Sinele, în fiecare dintre noi. „Niciun manual nu ne poate învăța psihologie; fiecare învață prin experiența concretă“,[195] spunea Jung. Și într-un alt pasaj scrie: „În psihologie nu avem nimic dacă nu am experimentat respectivele circumstanțe în realitate. Prin urmare, o înțelegere pur intelectuală nu este de ajuns, pentru că ființa ajunge să știe doar cuvintele, și nu substanța respectivului lucru din interior.“[196]

Cu toate acestea, funcția cognitivă nu este minimalizată nici la Jung, și nici în budism. Potrivit tibetanilor, „înțelegerea intelectuală crește puterea minții raționale și aceasta mărește puterea meditației formale.“[197] După ce au ascultat învățătura, discipolii trebuie să încerce să o înțeleagă prin rațiune înainte de a o putea transforma în realitate vie. Și apoi, dacă aceasta nu corespunde experienței din realitatea existenței lor, atunci ei ar trebui să o abandoneze. Nu asta ne spune și Jung atunci când susține că o înțelegere conștientă trebuie să preceadă dispariția egoului? Și în plus, nu este el preocupat în psihologia lui în primul rând de rezultatele concrete care trebuie să fie justificate de experiența subiectivă a pacientului pe care el îl tratează?

Primul adevăr nobil, care spune că natura vieții este suferința, trebuie să fie mai întâi clar înțeles, înainte ca orice altceva să se poată face. S-a spus că drumul care duce la eliberare este completat prin perfecțiune intelectuală, precum și prin cea morală și spirituală. În practica budistă a conștientizării, individul este atent îndeaproape la activitățile minții, la idei și la gânduri, la senzații și sentimente. Și mai ales în tantra, toate pornirile ascunse, toate proiecțiile trebuie să fie cunoscute și experimentate înainte de a putea fi transmutate în înțelepciune.

În analiza jungiană, ființa trebuie să se ocupe de propria umbră, de partea întunecată și respinsă a psihicului; ea trebuie, de asemenea, să descopere proiecțiile și țelurile egocentrice. Intensitatea crizei emoționale nu este reprimată sau devalorizată, însă energia care este conținută de aceasta este folosită în procesul de schimbare. În mod similar, în practicile tantrice, energia emoțiilor, cum ar fi furia, dorința, aversiunea etc., este mobilizată pentru a transmuta pasiunea. Ambele sisteme recunosc pe deplin potențialul caracter distructiv al pornirilor inconștiente

ascunse. Din acest motiv, psihicul trebuie să fie abordat total – atât partea sa întunecată, cât și ipostazele sale luminoase, personificate în tantra de zeități pașnice și teribile, în mod repetat construite și dezintegrate în procesele de vizualizare ale individului. Ființa se confruntă continuu cu acest conflict al contrariilor în efortul său de a le transcende. Acesta este scopul în *sadhana* (exerciții de meditație), care se bazează pe o înțelegere profundă a ceea ce Jung ar numi psihologie de profunzime.

În analiza jungiană, funcția transcendentă este principiul comparabil care este țintit în procesul dialectic dintre analiști și cei supuși psihanalizei. Aceștia din urmă, pe drumul lor spre individuație, reconciliază părțile conflictuale ale psihicului lor, ruptura dintre egoul conștient și inconștient și depășesc toate perechile de contrarii.

În ambele sisteme, yoghinul sau cel care este supus psihanalizei trebuie în cele din urmă să devină independent de orice sprijin extern. Metodele utilizate în lucrul asupra creșterii interioare variază infinit, în funcție de persoană, timp și circumstanțe. Buddha a folosit un limbaj diferit pentru a preda același adevăr unor oameni diferiți, fiind conștient de importanța caracteristicilor și nevoilor individuale. „Din moment ce individualitatea ... este absolut unică, imprevizibilă și neinterpretabilă“, subliniază Jung, „terapeutul trebuie să renunțe la toate ideile sale preconcepute și la toate tehnicile“.[198] Integritatea psihicului celuilalt este foarte respectată și nu trebuie să fie încălcată prin impunerea propriilor definiții și idei preconcepute. În acest mod, comunicarea adevărată poate fi stabilită. Aceasta este perspectiva lui Jung, dar este, de asemenea, în acord cu spiritul filosofiei Madhyamika.

Transformarea survine prin vehiculul simbolurilor. Jung a recunoscut că „orice imaginație este o potențialitate“[199] și prin metoda sa de imaginație activă a găsit o modalitate de vindecare și transformare a personalității. În mod similar, în meditația tantrică, inițiatul devine impregnat cu simbolurile vizualizate, cu zeitățile – toate reprezentând simboluri diferite ale lui Buddha – și este transformat într-un *buddha*.

În modelul tantric Jung discerne o analogie cu psihologia inconștientului pe care el a aplicat-o. El subliniază faptul că tantra se ocupă de conținuturi care sunt „reproduse în mod constant de către inconștientul nostru în această formă sau în alta .... Acest lucru nu este misticism, ci este psihologie.“[200]

Este necesar să menționăm simbolistica puternică pe care budiștii tibetani o folosesc în iconografia, în textele lor sacre și în ritualurile lor, toate concepute pentru a exprima inexprimabilul și a evoca anumite experiențe care îl conduc pe individ spre niveluri superioare de conștiință, dincolo de realitatea lumească. Învățăturile sunt redate într-un stil care este poetic, imaginativ și de multe ori repetitiv. În scrierile sale și Jung face uz din abundență de repetiții, digresiuni și

paradoxuri și evită un limbaj și un stil care sunt pur raționale. El ne spune că...

> ... în descrierea procesului vieții psihicului, în mod deliberat și conștient prefer un mod de gândire și de vorbire dramatic, mitologic, deoarece acesta nu este doar mai expresiv, ci și mai exact decât terminologia științifică abstractă.[201]

MÂNTUIREA LUI DUMNEZEU

Ideea de transformare psihică este fundamentală în tantra, la Jung și în alchimie. În tantra, adepții se identifică cu calitățile divine și, prin acest proces, devin conștienți de propria lor esență divină. Budistul, ni se spune, ...

> ... crede în principiul divin din om, în scânteia înnăscută de lumină (*bodhicitta*) încorporată în conștiința sa ca o dorință spre perfecțiune, spre plenitudine, spre Iluminare. Pentru a prezenta conceptul în mod paradoxal, nu Dumnezeu este cel care creează omul, ci omul îl creează pe Dumnezeu după chipul său, adică ideea scopului divin din sine, pe care omul îl conștientizează în focul suferinței din care se nasc compasiunea, înțelegerea, iubirea și înțelepciunea.
>
> Decurgerea vieții individuale în univers nu are alt scop aparent decât cel de a deveni conștient de propria sa esență divină și, din moment ce acest proces este continuu, reprezintă o naștere perpetuă a lui Dumnezeu sau, conform terminologiei budiste, continua apariție a Ființelor Iluminate, în care totalitatea universului devine conștientă.[202]

Aici găsim o paralelă extraordinară cu ideea lui Jung conform căreia „creatorul ... are nevoie de Om pentru a ilumina creația sa“.[203] și că această lucrare poate fi realizată numai în psihicul individual, care este purtătorul scânteii divine.

Să-l ascultăm pe Jung vorbind despre acest subiect:

> Deși întruparea divină este un eveniment cosmic și absolut, aceasta se manifestă doar empiric la relativ puținele persoane capabile de suficientă conștiință pentru a lua decizii etice, de exemplu, de a decide pentru Bine. Prin urmare, Dumnezeu poate fi numit bun numai în măsura în care El este capabil să manifeste bunătatea Lui în indivizi. Calitatea sa morală depinde de indivizi. Acesta este motivul pentru care El se încarnează. Individuația și existența individuală sunt indispensabile pentru transformarea lui Dumnezeu Creatorul.[204]

Un *bodhisattva* pe calea Mahayana a atins cea mai înaltă stare de conștiință și prin acțiunile și atitudinile sale, prin înțelepciunea și compasiunea sa, este, din punctul de vedere al lui Jung, o forță activă în promovarea „transformării lui Dumnezeu“. Mi se pare că el este cea mai pe deplin realizată persoană individuată pe care Dumnezeu se bazează pentru iluminarea creației sale. Atât Jung, cât și budiștii afirmă că numai ființele umane pot îndeplini această sarcină în univers − de aici reiese necesitatea existenței umane sau, cum ar spune budiștii tibetani, „prețioasa renaștere a omului“. Acesta este, probabil, adevăratul sens al idealului Mahayana pentru adepții *bodhisattva*, al căror singur și unic scop în această lume este de a lucra pentru binele tuturor ființelor. Și când aceștia îi învață și îi inspiră continuu și progresiv pe cei aflați pe calea spre eliberare să-și lărgească conștiința, îi conduc pe aceștia spre acele experiențe interioare sesizate de Jung și la care face aluzie în declarația sa conform căreia: „... este de așteptat să ajungem să contactăm

sfere ale unui Dumnezeu care încă nu s-a transformat atunci când conștiința noastră începe să se extindă în sfera inconștientului“.[205]

Cu toate acestea, diferența dintre budistul Mahayana și Jung este că, în concepția lui Jung, inconștientul nu poate fi niciodată total conștient și procesul de individuație nu este nicicând finalizat, în timp ce pentru budist este posibil ca ființa să cunoască toate cele necunoscute și să devină pe deplin iluminată. Ar trebui să reamintim aici că în întreaga sa operă Jung are în vedere numai experiențe psihologice care pot fi stabilite empiric și nu se ocupă de categorii metafizice. Prin urmare, Jung afirmă că...

> ... atunci când Dumnezeu sau Tao este numit un impuls al sufletului sau o stare psihică, ceva a fost spus doar despre cognoscibil, însă nimic despre necunoscut, despre care nimic nu poate fi determinat.[206]

În opinia lui Jung, deși este sarcina omului de a atinge niveluri maxime de conștiință, orice creștere a acesteia aduce o povară suplimentară. Acest lucru este diametral opus viziunii budiștilor Mahayana, conform cărora conștiința este la sursa eliberării și înseamnă beatitudine. Procesul concret în atingerea acestui obiectiv nu este deloc lipsit de chinuri. Discipolul avansat poate fi supus la tot felul de teste, iar experiențele îndurate nu sunt cu mult deosebite de viziunile înspăimântătoare și chinuitoare ale alchimistului Zosimos.[207] Dar rezultatul final nu este nimic altceva decât fericirea pură. Fericirea pură, beatitudinea, este constant subliniată în meditația tantrică și este o experiență care este accesibilă chiar și meditatorului mai puțin avansat. Voioșia și râsul molipsitor al *lamașilor* tibetani, exuberanța, calmul și pacea lor, spontaneitatea lor rafinată, căldura și deschiderea lor reflectă starea de spirit a oamenilor neafectați nici de problemele și sarcinile vieții de zi cu zi, fie ele materiale sau psihologice, nici de teama de moarte. Aceasta este prima impresie invariabil dobândită de oricine care a avut norocul și privilegiul de a-i întâlni. Prin atitudinea și comportamentul lor este ca și cum ar vrea să ne transmită, într-un limbaj fără cuvinte, însă clar, fără echivoc, că este cu adevărat posibil să transcendem suferința, după cum i-a învățat primul lor maestru (Buddha).

În schimb, Jung nu își propune să-și ajute pacienții să pună capăt suferinței lor. El crede că: „Viața, pentru a fi completă și împlinită, cere să existe un echilibru între bucurie și tristețe“[208] În timp ce el susține că suferința este un aspect natural, nicidecum nesănătos, al vieții, iar fericirea este o stare imposibil de atins, budiștii tibetani pretind că suferința poate fi transmutată în bucurie și fericire.

Cu toate acestea, atât budiștii, cât și Jung și alchimiștii percep că sarcina majoră de îndeplinit este descoperirea scânteii divine din interiorul fiecăruia dintre noi. La budiștii tantrici aceasta înseamnă găsirea divinității ascunse în inconștient și sufocate de ego. Pentru Jung, este realizarea conștientă a Sinelui și separarea sa de

ego. Pentru alchimist, este mântuirea lui *anima mundi* încătușat în materie.

VIZIUNEA LUI JUNG ASUPRA TRADIȚIILOR ORIENTALE

Se pot găsi multe paradoxuri și incoerențe în scrierile lui Jung și perspectiva sa asupra tradițiilor orientale este un bun exemplu în acest sens. Uneori Jung vorbește în favoarea tradițiilor orientale, lăudând modul lor de abordare a psihicului și înțelepciunea lor intuitivă care lipsesc Occidentului, iar alteori îi avertizează pe occidentali de pericolele ce pot apărea din îmbrățișarea unui sistem care este străin de cultura lor nativă.

Personal sunt uimită de înțelegerea profundă pe care Jung a avut-o (în ciuda concepțiilor greșite ocazionale) în ceea ce privește sistemele orientale, inclusiv față de tradiția tibetană, fără să fi avut avantajul conferit de contactul direct cu aceasta din urmă și fără să fi experimentat practicile lor meditative. Sunt la fel de uimită astăzi de receptivitatea deosebită și sensibilitatea anumitor *lama* tibetani față de Occident și stilul său de viață. Am meditat de multe ori la aceste aspecte și aș sugera că, în ambele cazuri, acest lucru se datorează înțelepciunii intuitive a unei minți limpezi, fără prejudecăți, care este capabilă de a transcende barierele istorice și culturale și de a ajunge la concluzii valide.

Jung vede diferențe mari între viziunea orientală și cea occidentală și ridică problema posibilității și a oportunității ca acestea să se imite una pe cealaltă.[209] Odată cu aceasta, el ne spune, de asemenea, că în psihicul uman inconștientul colectiv „dispune de un substrat comun care transcende toate diferențele de cultură și conștiință“.[210] Acest psihic inconștient, prin virtutea faptului că este comun tuturor ființelor umane, conține „predispoziții latente spre reacții identice“.[211] Într-adevăr, Jung este conștient de paralelele strânse dintre psihologia orientală și cea occidentală.[212] Cu toate acestea, preocuparea sa este faptul că occidentalii vor adopta valorile orientale din poziția lor obișnuită extravertită și vor face dogme din acestea, mai degrabă decât să caute aceste valori în sinea lor, în propriul lor psihic. El consideră că nucleul învățăturilor orientale constă în căutarea interioară a minții, care în sine are o putere autoeliberatoare. Este foarte critic față de occidentalii care doar încearcă să imite și ale căror eforturi rămân superficiale și, prin urmare, inutile și, mai mult decât atât, chiar dăunătoare pentru psihicul lor. Jung remarcă:

> Omul nu poate fi nicicând prea precaut în aceste chestiuni, pentru că din cauza impulsului imitativ și a unei avidități morbide pozitive de a se împodobi cu pene și accesorii bizare și de a se expune cu tot acest penaj exotic mult prea mulți oameni sunt induși în eroare în a se agăța de astfel de idei „magice“ și a le aplica doar la exterior, ca pe un unguent. Oamenii vor face orice, indiferent cât de absurd ar fi, pentru a evita să se confrunte cu propriile lor Suflete.[213]

Jung spune că problema de bază, fie în lumea orientală sau în cea occidentală, „nu constă atât de mult în respingerea obiectelor dorinței, ci mai degrabă într-o

atitudine mai detașată față de dorință ca atare, indiferent de obiectul acesteia".[214] În acest sens, el a înțeles pe deplin unul dintre principalele postulate din tantra că nu dorința ca atare, ci lipsa de control, posesivitatea și atașamentul față de dorință sunt cele care duc la o stare confuză de spirit și, în consecință, la suferință. De aici necesitatea de a vedea toate fenomenele ca nepermanente și vide.

Jung nu poate concepe posibilitatea realizării stării de nondualitate totală, a unei stări de unificare. „Nu poți cunoaște ceva ce nu este diferit de tine .... Prin urmare, presupun că, în acest punct, intuiția orientală s-a depășit pe sine."[215] Prin această declarație Jung pare să uite că propriile sale concepte sunt adesea iraționale și paradoxale și, pe lângă asta, nondualitatea la nivel transpersonal nu exclude individualitatea la un nivel convențional de existență. În plus, experiențele de nondualitate nu sunt complet necunoscute în tradiția occidentală. Mă refer aici la disciplinele și exercițiile contemplative ale vieții monahale medievale, atunci când individul se simțea pentru un moment în comuniune cu Dumnezeu sau mai degrabă *era* Dumnezeu[216], la fel ca meditatorul tantric care devine zeitatea pe care el o vizualizează.

În multe feluri, Jung se apropie mai mult de sistemele orientale decât de cele ale tradițiilor occidentale, în ciuda insistenței lui că occidentalii ar trebui să rămână la propriile tradiții, simboluri și la propria lor mitologie. Precum budiștii respinge dogmele, iar în psihologia lui, exact ca în învățătura budistă, doar experiența subiectivă, interioară este singura care validează teoria. Jung însuși a avut experiențe interioare profunde și chiar din adâncul sufletului său a câștigat toată această cunoaștere directă, imediată, pe care apoi a transpus-o în operă. În acest sens el a urmat tradiția gnostică, care l-a inspirat și influențat chiar înainte ca tradițiile orientale să-i capteze atenția. Savanții au sugerat că tradițiile hinduse sau cele budiste au influențat gnosticismul, deși nu există nicio dovadă concludentă.[217] Se poate ca mintea umană să fi produs independent idei similare sau identice în două părți diferite ale lumii. Acest lucru doar ar confirma conceptul lui Jung referitor la structura comună a psihicului, depășind diferențele culturale. Dar, indiferent de originea sa, gnosticismul are asemănări mai mult decât superficiale cu budismul.

În compararea acestor două sisteme se găsesc mai multe analogii. Unele dintre cele mai izbitoare se referă la următoarele idei: eliberarea umană prin transformarea interioară; potențialul de eliberare conținut în sine de psihic; accentul pe importanța experienței imediate; nevoia de ghidare inițială, având la dispoziție o eventuală libertate față de orice autoritate exterioară. Ambele sisteme consideră, de asemenea, mintea propriilor discipoli drept ghidul lor și că acolo este locul unde ei trebuie să descopere adevărul. O altă asemănare este credința că nu

păcatul, ci ignoranța, lipsa de autocunoaștere este sursa suferinței și a înrobirii prin impulsuri inconștiente: cel care rămâne ignorant trăiește în iluzie și nu poate experimenta împlinirea. Și, desigur, descoperirea divinului din profunzimea ființei fiecăruia este esențială pentru ambele sisteme: cel care realizează *gnosis* (cunoașterea) nu mai este un creștin, ci devine Hristos.[218]

În acest sens, un pasaj din *Evanghelia gnostică a lui Filip* este remarcabil prin asemănarea sa cu viziunea fundamentală tantrică:

> ... Ai văzut spiritul, ai devenit spiritul. L-ai văzut pe Hristos, ai devenit Hristos. L-ai văzut [pe Tatăl, tu] vei deveni Tatăl ... te vezi pe tine însuți și ceea ce vezi vei [deveni].[219]

Iar acum un alt pasaj care sugerează că Împărăția lui Dumnezeu nu este decât simbolul unei stări de conștiință transformate:

> Iisus a spus ... „Atunci când faci ca doi să devină unul, ca interiorul să fie ca exteriorul și exteriorul ca interiorul, ca ceea ce este sus să devină identic cu ceea ce este jos și ca masculinul și femininul să fie unul și același lucru ... atunci vei intra [în Împărăția Tatălui].“[220]

Este evident că simbolurile budiste și cele gnostice creștine exprimă aceleași experiențe interioare și, fie că discipolul adoptă unul sau altul dintre acestea, călătoria esențială pentru împlinirea menirii și pentru transcendența spațială și temporală este aceeași. Prin urmare, atunci când Jung a pătruns în profunzimea psihicului său și a obținut astfel acces la cunoașterea directă rezultată din propria experiență transformatoare, el a devenit o verigă în lanțul vechilor tradiții mistice, atât budiste, cât și creștine. Sau, altfel spus, în profunzimea inconștientului colectiv − ori la nivelul stării sale de supraconștiință − Jung a fost în concordanță cu conștiința misticilor medievali creștini, cum ar fi Meister Eckhart, și cu cea a maeștrilor tantrici. Cuvintele care exprimă experiența inefabilă, unirea cu mintea lui Buddha sau cu Dumnezeu (care este oricum dincolo de cuvinte) și instrumentele utilizate în tot acest proces pot diferi, dar nu și nucleul experienței: în inima acesteia, pentru cel mai scurt moment, distanța dintre diferitele tradiții este înlăturată. Și tocmai acolo, în acel punct, eu caut paralele între sistemul jungian și cel tantric. Metodele și tehnicile pe care Jung le-a dezvoltat în contextul și conform cu imaginile tradiției și mitologiei occidentale, precum și cu circumstanțele socioculturale ale Europei și Americii contemporane sunt mai puțin importante. Ele reflectă doar necesitatea de a rămâne înrădăcinat în cultura proprie cuiva, pe care Jung a recunoscut-o și pe care budiștii tibetani ar recunoaște-o, de asemenea. Și, mai presus de toate, fiecare budist ar fi în acord perfect cu declarația lui Jung conform căreia „trebuie să ajungem la valorile orientale din interior, și nu din afară, căutându-le în noi înșine“.[221]

PERICOLE

Atât Jung, cât și budiștii tantrici sunt conștienți de riscurile latente inerente practicării metodelor specifice fiecărui sistem. Jung ne avertizează în mod repetat de posibilele efecte periculoase ce își pot face simțită prezența în cazul eliberării conținuturilor inconștiente, făcută fără garanții și măsuri de precauție adecvate, deoarece acestea ar putea copleși conștiința și ar provoca prăbușirea acesteia, cu urmări grave, ce pot provoca chiar psihoze. El compară potențialul puterii explozive a arhetipurilor cu cea a atomului eliberat și spune:

> Arhetipurile au această particularitate în comun cu lumea atomică, și anume ... cu cât investigatorul pătrunde mai profund în universul microfizicii, cu atât mai devastatoare sunt forțele explozive pe care acesta le găsește ferecate acolo.[222]

Din acest motiv, după cum s-a observat deja, este de o importanță crucială să avem o structură psihică puternică, bine dezvoltată, înainte de a ne lansa în confruntarea cu inconștientul; în acest fel, echilibrul mintal poate fi menținut cu mai multă ușurință.

Maeștrii tantrici lansează avertismente similare, și anume că metodele pe care aceștia le predau sunt profunde, dar și extrem de puternice și, prin urmare, periculoase dacă nu se fac pregătirile corespunzătoare și dacă discipolul nu este condus în practică treptat, sub îndrumarea unui învățător competent. Ei subliniază în plus importanța raportării în orice moment la experiența concretă a ființei, la aspectul material, chiar pământean al acesteia.[223] În acest punct Jung ar fi în asentimentul acestora: el știa cel mai bine cât de important a fost pentru el personal să-și continue munca de zi cu zi, să mențină contacte strânse cu familia și să-și îndeplinească celelalte obligații în timp ce era în toiul propriei confruntări cu inconștientul.

Budiștii tibetani îi îndeamnă pe occidentali să nu renunțe la valorile culturale proprii. De fapt, o înțelegere adecvată a propriei culturi și o înrădăcinare adâncă în aceasta − ar spune ei − constituie o condiție prealabilă necesară pentru a se aventura în și a beneficia din plin de practicile unei tradiții străine. De asemenea, există întotdeauna pericolul de a sesiza doar sensul literal, mai degrabă decât semnificația intrinsecă a simbolurilor și a ritualurilor și, astfel, aceștia pot ajunge să meargă pe căi greșite și să se piardă în practică.

Imaginile tantrice vizualizate în meditație reprezintă arhetipuri și, prin urmare, este necesară o prudență deosebită în abordarea acestora. Dat fiind faptul că fiecare arhetip are un dublu aspect – unul luminos și unul întunecat, puterea părții întunecate, atunci când răbufnește dintr-odată din profunzimea inconștientului, poate provoca fantezii delirante și pierderea contactului cu realitatea. De exemplu, arhetipul Marii Mame Divine conține aspecte paradoxale, cum ar fi hrănirea și crearea, precum și devorarea și distrugerea. Un individ fragil a cărui conștiință nu

este bine dezvoltată poate deveni dezorientat la apariția arhetipului sub acest aspect al său terifiant și neașteptat.[224] Nu o dată am fost martoră la acest efect nefericit asupra discipolilor din Occident, în cadrul cursurilor intensive de meditație.

PROBLEME ETICE

Atisha, înțeleptul indian din secolul al unsprezecelea, căruia i se datorează o revigorare a budismului în Tibet, spunea: „Atunci când recipientul și conținutul său sunt pline de greșeli, schimbă această situație nefavorabilă în calea trezirii depline."[225] Acest avertisment ar putea la fel de bine făcut și oamenilor din secolul XXI. Tibetanii de astăzi recunosc că, deoarece trăim într-o epocă a degenerării în care atât mediul – recipientul, cât și locuitorii săi − conținutul, sunt poluați și afectați de enorme probleme periculoase, acesta este în mod special momentul de a ne folosi de situația prezentă, drept încurajare pentru a ne cultiva mințile, pentru a ne transforma perspectiva sau, cum ar spune chiar ei, pentru a schimba circumstanțele nefavorabile în calea către eliberare.[226]

Pe de altă parte, Jung a fost, de asemenea, extrem de preocupat, în aceste vremuri de confuzie, de soarta civilizației noastre și de pericolul autodistrugerii umanității. El discerne, totuși, că...

> ... trăim în ceea ce grecii numeau *kairos* – timpul potrivit − pentru o „metamorfoză a zeilor" ... Atât de multe sunt în joc și atât de mult depind de constituția psihologică a omului modern.[227]

Potrivit lui Jung − și aceasta este aceeași idee ca și cea pe care o propun budiștii tibetani, schimbarea trebuie să înceapă cu fiecare dintre noi, în propriul nostru psihic, care este în realitate și cel mai mare instrument al nostru. Pentru Jung, aceasta presupune cunoașterea de sine, cunoașterea părții întunecate a psihicului, a inconștientului, precum și a aspectelor sale conștiente, dar și reconcilierea polarităților. Fără această cunoaștere, conținutul inconștient cauzează proiecții și iluzii care falsifică relațiile noastre cu ceilalți, și acesta este punctul în care încep războaiele. „Fapta dreaptă provine din gândirea dreaptă și ... nu există niciun tratament și nicio ameliorare a lumii care să nu înceapă cu individul însuși"[228], spune Jung. Acțiunea dreaptă și gândirea dreaptă nu sunt oare conceptele pe care Buddha le-a propovăduit acum 2500 ani?

Cu cât devenim mai conștienți de pornirile noastre inconștiente și reușim să acționăm în consecință, cu atât relațiile noastre cu lumea înconjurătoare vor fi mai puțin contaminate cu proiecții și cu atât mai deschiși suntem să intrăm în comunicare sau chiar în comuniune cu aceasta. Jung vorbește despre nevoia societății de o legătură afectivă − principiul *caritas*, iubirea creștină a aproapelui. El ne avertizează că: „Acolo unde se oprește iubirea, încep puterea, violența și teroarea".[229]

Compasiunea este elementul de bază în filosofia și psihologia budistă, iar în budismul tibetan aceasta este inseparabilă de înțelepciune, starea de iluminare. Astăzi, Dalai Lama, care este considerat ca fiind încarnarea lui Avalokiteshvara, *buddha* al compasiunii, învață și aduce în lumea occidentală, oriunde ar merge, idealul de bunătate și compasiune drept un mijloc de a atinge armonia în lume după principiul responsabilității universale.

Conceptul budist de vid este uneori interpretat greșit în Occident ca implicând anularea tuturor considerentelor etice. Jung bănuia că tentativa occidentalilor de a folosi detașarea ca modalitate de eliberare, pe care o învățaseră din practicile yoghine, era doar un mod al acestora de a se elibera din strânsoarea responsabilităților morale.[230]

Budismul este unul dintre sistemele etice și psihologice cele mai dezvoltate. Problemele etice și responsabilitatea individuală sunt întotdeauna și fără excepție o parte integrantă a filosofiei și practicii sale. Regula se aplică tuturor școlilor și, desigur, budismului tantric.

Și Jung, în calitatea sa de psiholog și medic, atât prin întreaga sa operă multidimensională, cât și în întreaga sa viață, ne-a reamintit constant nouă, oamenilor, de responsabilitatea noastră unică și de obligația etică de a ne transforma sau, mai bine spus, de a-l transforma pe Dumnezeu.

---

[153] Jung, The Structure and Dynamics of the Psyche, p. 256.

[154] Ibid., p. 350.

[155] Jung, Mysterium Coniunctionis, p. 109.

[156] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 283.

[157] Jung, The Structure and Dynamics of the Psyche, p. 361.

[158] Jung, Aion, p. 165.

[159] Jung, The Practice of Psychotherapy, pp. 319–20.

[160] Jung, Psychological Types, pp. 449–50.

[161] Jung, Psychology and Alchemy, p. 137.

[162] Jung, Mysterium Coniunctionis, p. 197.

[163] Jung, The Structure and Dynamics of the Psyche, p. 349.

[164] Jung, Ibid., p. 185.

[165] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 279.

[166] Jung, The Practice of Psychotherapy, p. 34.

[167] Ibid., p. 192.

[168] Govinda, Foundations of Tibetan Mysticism, pp. 71–77.

[169] Govinda, Creative Meditation and Multi-Dimensional Consciousness, p. 30.

[170] Ibid., p. 31.

[171] The Lankavatara Sutra, p. 48.

[172] C. G. Jung, “Septem Sermones ad Mortuos“, in his Memories, Dreams, Reflections, p. 379.

[173] Pleroma is the Greek word for “plenitude“.

[174] Jung, “Septem Sermones ad Mortuos“, p. 379.

[175] Ibid., p. 382.

[176] Jung, Memories, Dreams, Reflections, p. 269.

[177] Govinda, Foundations of Tibetan Mysticism, p. 77.

[178] Govinda, CreativeMeditation andMulti-Dimensional Consciousness, p. 105.

[179] Fritjof Capra, The Tao of Physics (Boulder: Shambhala, 1970), p. 99.

[180] Citat în Beatrice Suzuki, Impressions of Mahayana Buddhism (Kyoto: Eastern Buddhist Society, 1940), p. 48.

[181] Jung, The Practice of Psychotherapy, p. 312.

[182] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, pp. 75–76.

[183] Ibid., p. 75.

[184] Ibid., p. 205.

[185] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 382.

[186] Jung, Psychological Types, p. 453.

[187] Ramanan, op. cit., p. 50.

[188] Ibid., p. 258.

[189] Ibid., p. 329.

[190] C. G. Jung, “Foreword to Suzuki’s Introduction to Zen Buddhism“, în cartea Psychology and the East, p. 154.

[191] Govinda, Creative Meditation and Multi-Dimensional Consciousness, pp. 48–49.

[192] Jung, The Structure and Dynamics of the Psyche, p. 351.

[193] C. G. Jung, Letters (Princeton: Princeton University Press, 1973), vol. 1, p. 236.

[194] Ibid., vol. 2, p. 248.

[195] Jung, Man and His Symbols, p. 81.

[196] Jung, Aion, p. 33.

[197] Dhargyey, op. cit., p. 92.

[198] Jung, The Practice of Psychotherapy, pp. 7–8.

[199] C. G. Jung, Psychological Analysis of Nietzsche’s Zarathustra, vol. 3 (Winter 1935), p. 23.

[200] Ibid., p. 4.

[201] Jung, Aion, p. 13.

[202] Govinda, Creative Meditation and Multi-Dimensional Consciousness, p. 141.

[203] Miguel Serrano, C. G. Jung and Hermann Hesse; A Record of Two Friendships (New York: Schocken Books, 1960), p. 88.

[204] Jung, Letters, vol. 2, p. 314.

[205] Idem.

[206] Jung, “Commentary on The Secret of the Golden Flower“, p. 56.

[207] Jung, Alchemical Studies, pp. 59–64.

[208] Jung, The Practice of Psychotherapy, p. 81.

[209] Jung, “Psychological Commentary on The Tibetan Book of Great Liberation“, p. 111.

[210] Jung, “Commentary on The Secret of the Golden Flower“, p. 13.

[211] Idem.

[212] Jung, “Psychological Commentary on The Tibetan Book of Great Liberation“, p. 134.

[213] Jung, Psychology and Alchemy, pp. 99–101.

[214] Ibid., p. 125.

[215] Ibid., pp. 132–33.

[216] Ira Progoff, The Cloud of Unknowing (New York: Dell Publishing Co, 1950), pp. 23–38.

[217] Elaine Pagels, The Gnostic Gospels (New York: Vintage Books, 1979), pp. xx–xxi.

[218] Ibid., pp. 149–61.

[219] Citat în Pagels, op. cit., p. 161. (Italics added.)

[220] Citat în Pagels, op. cit., p. 155.

[221] Jung, “Psychological Commentary on The Tibetan Book of Great Liberation“, p. 112.

[222] Jung, The Archetypes and the Collective Unconscious, p. 224.

[223] Guenther și Trungpa, op. cit., p. 89.

[224] Erich Neumann, The Origins and History of Consciousness (Princeton: Princeton University Press, 1954), p. 322.

[225] Geshe Rabten and Geshe Ngawang Dhargyey, Advice from a Spiritual Friend (London: Wisdom

Publications, 1984), p. 65.

[226] Ibid., pp. 65–66.

[227] Jung, The Undiscovered Self (New York: The New American Library, 1959), p. 123.

[228] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, p. 226.

[229] Jung, The Undiscovered Self, pp. 117–18.

[230] Jung, “Psychological Commentary on The Tibetan Book of Great Liberation“, p. 135.

6. Concluzie

Apropiindu-ne de finalul acestei cărți, aș dori să fac câteva remarci pentru a sublinia concluziile la care am ajuns în încercarea mea de a înțelege și de a găsi posibile paralele între budism și psihologia lui Jung.

Cele două sisteme s-au născut și s-au dezvoltat în zone foarte depărtate una de alta, atât geografic și istoric, cât și cultural, și au fost separate în timp de un interval de două milenii și jumătate. Cu toate acestea, în ciuda tuturor diferențelor dintre ele, ambele sisteme sunt preocupate de aceleași probleme umane și au descoperit că soluțiile trebuie să fie căutate, în exclusivitate, în psihicul fiecărui individ.

Preocuparea primordială a budismului este încetarea suferinței. Sarcina majoră a lui Jung a fost vindecarea rănilor psihice ale omului. Pe de altă parte, budistul consideră că eliberarea totală de suferință este posibilă; viziunea lui Jung arată că suferința face parte din natura vieții și că este chiar un ingredient necesar care nu poate fi niciodată complet eliminat.

Obiectivul fundamental al ambelor sisteme este ca noi să devenim ceea ce suntem cu adevărat. Pentru budistul Mahayana aceasta înseamnă atingerea stării de *buddha*; fiecare ființă, fără excepție, are acest potențial. Pentru Jung înseamnă realizarea plenitudinii, realizarea de Sine, care este un imbold inerent al psihicului. Calea spre starea de *buddha* este extrem de lungă, dar se consideră că prin practicarea adecvată a metodelor tantrice se poate ajunge la această stare pe parcursul unei vieți. Pentru Jung, însă, realizarea de sine este un proces fără de sfârșit.

Dezvoltarea progresivă a conștiinței prin introspecție este obiectivul inițial atât în budism, cât și în psihologia lui Jung. Dar budistul susține că e necesar să ne dezvoltăm pe deplin conștiința, astfel încât niciun conținut inconștient să nu poată perturba mintea și, prin urmare, să poată fi atins un control perfect – starea de

conștientizare pură. Conștiința, pentru un budist, este asociată cu beatitudinea: cunoașterea înseamnă fericire, iar ignoranța, suferință. Jung nu crede că starea de conștiință pură, necontaminată de inconștient, poate fi vreodată atinsă. În plus, integrarea inconștientului în conștiință, reconcilierea contrariilor presupune nu eliminarea inconștientului sau controlul acestuia, ci o concesie față de ambele aspecte ale psihicului.

Principiul și utilizarea contrariilor constituie o abordare fundamentală în modelul lui Jung, așa cum se întâmplă și în budism și este în mod special reliefat în practicile tantrice.

Ambele sisteme pretind ca fiecare ipostază a individului să fie implicată în acest proces, nimic nu trebuie respins. Cunoașterea și înțelegerea intelectuală sunt importante, mai ales în stadiile inițiale ale căii, dar acestea trebuie să fie completate de trăire și intuiție, iar înțelegerea dobândită în cursul contemplării sau meditației trebuie să fie transpusă în acțiuni și să devină o datorie morală.

Calea începe și se termină în psihic, în minte. Jung susține că nu face afirmații filosofice sau metafizice și că munca lui se bazează doar pe dovezi empirice. Prin contrast, budismul, fiind o religie, are de-a face inevitabil cu categoriile filosofice și metafizice. Cu toate acestea, Buddha însuși a refuzat să răspundă la întrebări referitoare la natura Absolutului, știind că argumentele filosofice pot crea discordie și confuzie și nu reușesc să fie o soluție la eliberarea de suferință, care constituie problema principală. El a predat în schimb calea de mijloc, care avea să fie mai târziu elaborată de către școala Madhyamika, a cărei atitudine de bază este libertatea față de dogmatism și de abordarea dialectică, încercând să rezolve conflictele teoretice prin ajungerea la un punct de vedere mai amplu.

Într-un fel, aceasta este abordarea lui Jung asupra propriei munci și practici. Nu există teorii definitive sau metode terapeutice aplicabile fără discriminare tuturor, deoarece fiecare individ este unic în situația sa specifică. În același timp, în asistarea persoanei care trece prin propriile sale conflicte interioare de-a lungul călătoriei sale spre individuație, Jung ar aplica metoda de a o face conștientă și de a o determina să observe cât mai obiectiv faptele vieții sale interioare și exterioare; apoi, prin utilizarea imaginației, le va amplifica și va conduce astfel conflictul și dilema la un nivel superior de conștiință, de la personal la transpersonal – cu alte cuvinte, abordarea numinosului.

Atât în tantra, cât și în sistemul lui Jung, simbolurile sunt abundent folosite drept vehicule și mijloace de a transforma conștientizarea noastră și realitatea noastră obișnuită într-una semnificativă. În budismul tantric, imaginile simbolice și practicile de vizualizare sunt definite în mod specific prin tradiție, deși există o libertate oferită celui care meditează, iar imaginația creatoare, în general, este

încurajată și promovată. Modelul lui Jung, nefiind cu adevărat o tradiție, permite un mod pur individual, nestructurat de exersare a imaginației cuiva în slujba dezvoltării autocunoașterii. Ambele moduri duc la Sine – centrul sau inima *mandalei*.

Învățăturile budiste și metodele terapeutice ale lui Jung sunt invariabil adaptate nevoilor specifice, condițiilor și capacităților individului, iar *gurul* și terapeutul sunt ghizi de-a lungul acestui itinerar. Aceștia nu sunt considerați niciodată autorități supreme: psihicul sau mintea individului – singurul instrument prin care ființa experimentează realitatea – este singura autoritate. În budism, ființa este în mod constant îndemnată să testeze prin propria experiență validitatea învățăturii și să o adopte sau să o respingă în conformitate cu propriile concluzii. În mod similar, Jung are un respect enorm pentru integritatea psihicului și o încredere nemărginită în capacitatea acestuia de a funcționa obiectiv – atunci când nu este împiedicat – și, astfel, de a conduce individul spre destinația sa adevărată, spre Sinele lui.

Ambele sisteme avertizează împotriva pericolelor și îl îndeamnă pe inițiat să ia măsurile de precauție și garanțiile necesare atunci când intră în contact cu puternicele forțe interioare, potențial perturbatoare pentru structura psihică a personalității. Din acest motiv, budismul tibetan, mai ales în forma sa tantrică, a păstrat în mod tradițional un oarecare văl de mister.

În ambele sisteme, pasiunile, emoțiile, pozitive sau negative, nu sunt suprimate, ci sunt transformate în minte tocmai prin utilizarea energiei pe care acestea o conțin.

Contradicțiile, paradoxurile și limbajul imaginar abundă în general atât în opera lui Jung, cât și în budism, și mai ales în budismul tantric, dar nici Jung nici budiștii nu sunt preocupați de acest aspect. Ele sunt privite ca mijloace de portretizare a plenitudinii și bogăției vieții și a diferitelor moduri de a le percepe, pe care limbajul convențional, cu limitările sale, nu reușește să le exprime.

Preocuparea principală în tantra este creșterea spirituală și remarcabila cale tantrică nu este una a ascetismului, ci a experimentării depline a vieții în toată bucuria, spontaneitatea și creativitatea ei. Cu toate acestea, o parte esențială a acesteia este atitudinea mentală, cu alte cuvinte, motivația altruistă, care este o parte integrantă a oricărei forme de practică budistă. În tantra și în modelul lui Jung, dimensiunea lumească și cea spirituală a vieții sunt strâns legate; de fapt, ele sunt două fețe ale aceleiași realități care trebuie să fie reconciliate.

În opera lui Jung, elementul de compasiune, principiul Erosului, nu este reliefat precum în budismul tibetan, deși și el este deosebit de preocupat de soarta omenirii și, mai presus de toate, de cea a omului interior. Ca psiholog și medic, știe că ne

putem vindeca numai prin renunțarea la preocupările egotice și prin conectarea noastră la un context mai larg al vieții. În procesul acesta, în profunzimea ființei noastre, la nivel arhetipal, unde nu există nicio separare, ne descoperim conectați cu restul omenirii și astfel compasiunea apare spontan. Cu toate acestea, în mod natural, psihologia lui Jung are un domeniu de aplicare mai puțin cuprinzător decât budismul, care este un sistem psihologic și etic, cu fundament religios.

A devenit totuși evident pentru mine că budiștii tibetani și C. G. Jung, dar și alchimiștii, fiecare venind din direcția lor unică, ne prezintă, prin propriile cuvinte și simboluri unice, o înțelepciune care este universală. S-a spus că Occidentul are o abundență de simboluri specifice și că nu este nevoie să căutăm altele în Orient. Într-adevăr, ar fi păcat și o mare pierdere să respingem bogatul simbolism occidental. Cu toate acestea, simbolurile orientale sunt proaspete pentru mintea vestică și, prin urmare, au o capacitate mai mare de a inspira și de a stimula imaginația, în timp ce, din păcate, pentru mulți din Occident simbolurile noastre au devenit închistate și, astfel, și-au pierdut semnificația intrinsecă. Frământările sufletești pot proveni din surse diferite; contează oare cu adevărat care este aceea? Dacă este adevărat că înțelepciunea supremă este una și aceeași, indiferent dacă a fost descoperită în starea de *buddha* a unei ființe, în Sine sau în piatra filozofală, atunci ar trebui să fim în stare să găsim în tradiții aparent îndepărtate și ezoterice valori care ne vorbesc într-o limbă care este relevantă pentru lumea occidentală. Poate că modelul lui Jung va fi preferat de unii occidentali, dat fiind faptul că anumite forme și aspecte ale sale pot fi mai ușor de adaptat la nevoile și stilul lor de viață. Pe de altă parte, alții vor găsi o afinitate mai mare cu modelul tibetan. Și vor mai fi și aceia care nu vor percepe nicio contradicție între cele două și astfel vor fi îmbogățiți incomensurabil de comorile oferite atât de generos de ambele sisteme.

Venirea tibetanilor în Vest trebuie să fie mai mult decât rezultatul unei întorsături istorice a unui șir de evenimente care a început cu o tragedie. Percep în asta o altă manifestare concretă a legii contrariilor: deteriorarea abisală a valorilor morale și spirituale din civilizația noastră materialistă și militaristă a trebuit să producă o contrabalansare, prin sosirea ființelor sfinte din Tibet, care au descins din vârful lumii în văile emisferei de vest. Așa cum Jung a simțit deja și ne-a atras atenția, sunt multe de învățat de la orientali. *Lamașii* tibetani, cu înțelepciunea lor profundă și cu inimile pline de compasiune, manierele lor senine și vorbirea blândă, au multe să ne învețe. Și în special în meditațiile lor tăcute, ei ne vorbesc, fiecăruia dintre noi, într-un mod direct și puternic. Dar, mai presus de toate, ei sunt simboluri vii ale ființelor iluminate – ale celor mai înalte aspirații și realizări de care oamenii sunt capabili. Însăși prezența *lamașilor* printre noi este contribuția unică și cea mai importantă a tradiției tibetane la lumea occidentală.

Atunci când păsările de fier, gigantice și zgomotoase, i-au adus pe tibetani printre noi, nu doar s-a împlinit o veche profeție, ci a fost un moment sincronistic în care lumea spiritului și cea a materiei s-au reunit. Păsările, simboluri ale libertății, au devenit, în forma lor de fier, vehiculele unor oameni extraordinari care, în mintea și în inima lor, sunt purtători ai adevăratei libertăți spirituale în forma sa vie, actualizată. Deci păsările de fier s-au alăturat contrapărților lor spirituale.

ÎNCHEIERE

Este extrem de greu de înțeles budismul tantric, și este chiar mai dificil să scrii despre el, din moment ce fundația sa nu constă în cunoștințe, ci în experiența individuală. Același lucru este valabil și în ceea ce privește opera lui Jung. Din acest motiv, sunt conștientă de insuficiența dureroasă, de omisiunile și distorsiunile inevitabile pe care o carte ca aceasta trebuie că le conține.

De la început, am fost de asemenea conștientă de faptul că sarcina pe care mi-am asumat-o este extrem de ambițioasă, având în vedere dimensiunile nelimitate ale subiectului. Dar este chiar mai mult decât atât: sarcina este minunată. Nu există nicio posibilitate să cuprinzi ambele discipline, să exprimi aspectul lor numinos, dinamica lor curgătoare și aspectele în continuă schimbare, așa că am experimentat esența atât a *opus*-ului lui Jung, cât și a budismului tibetan.

Cu această intenție, pentru o lungă perioadă de timp nu am putut începe să scriu. Puteam vedea imaginea activității viitoare în viziunea mea interioară, dar nu o puteam transpune în cuvinte. Apoi am avut un vis în care o voce îmi șoptea ușor: „Sinele și Padma." Sinele și Padma, simbolurile occidentale și orientale ale evoluției spirituale și ale plenitudinii – acesta era subiectul viitoarei mele cărți. Ce altceva mai trebuia să fie spus: totul era cuprins acolo, spus în trei scurte cuvinte. Dar ăsta a fost doar începutul. Și visul a fost un semnal că acum puteam începe să scriu. La scurt timp după aceea am pornit în această călătorie. Și într-adevăr, a fost ca o călătorie: lungă, grea și sinuoasă, chiar cu unele momente de disperare, care au alternat cu altele de bucurie. Curând am realizat că actul de a scrie și de a construi această carte este ca un proces meditativ. A fost de asemenea ca un *opus* alchimic, începând cu *massa confusa* și ducând apoi prin diferitele etape până la cristalizarea finală a esenței sale. Și de-a lungul drumului, pe măsură ce opera se construia, sensul său interior mi se dezvăluia gradat.

După ce am urmat un drum lung, incomod, intermitent, pe care uneori m-am rătăcit, ca apoi să-mi găsesc drumul înapoi, încet, și în jurul căruia am mers cu durere sau cu bucurie, am ajuns în același punct de la care am pornit, dar de data aceasta mesajul era impregnat adânc în mintea și în sufletul meu:

Sinele și Padma.

Epilog

Religia mea este foarte simplă. Religia mea este bunătatea.

– Sfinția Sa, al XIV-lea Dalai Lama

Lumea atârnă de un fir subțire, și acesta este psihicul omului.

– C. G. Jung

Din moment ce războaiele pornesc în mințile oamenilor, exact în mintea oamenilor trebuie construite fortificațiile păcii.

– Preambul la Constituția UNESCO

Jung a făcut un salt imens în domeniul psihologiei. Orice ar scrie cineva despre Jung nu poate fi decât o încercare palidă de a descrie amploarea operei sale, care depășește cu mult domeniul psihiatriei și al psihologiei – descoperirile sale au avut un impact major asupra artei și literaturii, asupra științei, ecologiei, teologiei și asupra înțelegerii importanței religiei în viața noastră. O mare parte a operei sale este vizionară, profetică și eminamente relevantă pentru situația lumii prezente. Psihologia lui Jung este o operă de artă, nu numai pentru că unele dintre scrierile sale sunt de-a dreptul poetice, ci mai presus de toate pentru că el este capabil să ne inspire în mod individual pe fiecare, în tot atâtea moduri diferite, și să ne transforme conștiința, la fel cum orice operă de artă valoroasă o face. În plus, de fiecare dată când îl citim pe Jung, suntem surprinși de noi descoperiri; ceva ascuns ne este dezvăluit, pe măsură ce creștem, ne aprofundăm înțelegerea și atingem niveluri din ce în ce mai subtile ale conștiinței. Acesta este, de asemenea, un semn distinctiv al marilor opere de artă.

Abordând lucrările lui Jung și unele dintre ideile sale originale privind inconștientul colectiv, alchimia și psihoterapia, semnificația *mandalei* și Sinele – toate reprezentând procesul de individuație, ajungem să descoperim locuri necunoscute din noi înșine, să facem noi conexiuni și să dobândim perspective inedite. Dar trebuie să pășim încet și treptat pe această cale, ca nu cumva să

rămânem doar la suprafață și să câștigăm o înțelegere care este doar intelectuală și oarecum superficială. Jung ne amintește în mod repetat că numai experiența directă are o valoare reală.

Tot ce se poate spune atunci când venim în contact cu opera lui Jung se aplică și învățăturilor budismului tibetan. Ambele tradiții ne spun că trebuie să fim liniștiți și tăcuți, că mintea trebuie curățată de poluarea exterioară și interioară, pentru a permite inconștientului să vorbească în timp ce ne ascultăm înțelepciunea interioară, care este adevăratul nostru *guru*.

Natura și lucrările minții sunt subiectele de bază ale învățăturilor budiste, la fel cum mintea/psihicul sunt fundamentele lucrării lui Jung. Înțelegerea minții este strâns legată de înțelegerea experimentării suferinței. Budismul tibetan discută pe larg diferitele aspecte ale inevitabilei suferinței umane, de care nimeni nu este ferit, dar pe care în Occident preferăm să o ignorăm, accentuând, în schimb, o înțelegere îngustă a prețioasei noastre „căutări a fericirii“. În ciuda acestei căutări, milioane de oameni suferă de depresie, de alcoolism și multe alte dependențe; sinuciderea și violența sunt foarte răspândite în rândul persoanelor de toate vârstele și categoriile sociale. Există o multitudine de „emoții dureroase“, așa cum le numesc budiștii, sau „afecțiuni ale sufletului“, după cum numește Jung astfel de conflicte psihice interioare. Indivizii ale căror vieți sunt fragmentate și lipsite de sens sunt departe de libertatea de a-și căuta fericirea; ei pot doar căuta să scape de suferință, de singurătate și de disperare prin orice mijloace distructive pe care le au la dispoziție. În mod tragic, ei devin terenul propice de manifestare a furiei, urii, și violenței față de ei înșiși și față de alții.

Aflăm de la Jung că sănătatea psihologică necesită o viață plină de sens. Căutarea sensului este nevoia înnăscută și spontană către autorealizare și integritate sau plenitudine, pentru a deveni cu adevărat sinceri cu natura noastră interioară; aceasta este sarcina individuației, calea către inimă – către libertate. Dorința neobosită de realizare de sine, ca aspirație către realizarea stării de *buddha*, este, de asemenea, conceptul central al psihologiei budiste. Este nevoia minții de a se trezi, de a deveni conștientă, ceea ce reprezintă exact înțelesul cuvântului *buddha*: cel trezit. Jung subliniază că sarcina individuației – proces care presupune acordarea unei atenții serioase inconștientului, precum și conținutului conștient al psihicului nostru – ne este impusă de natură.

> Dacă ... [omul] face acest lucru în mod conștient și intenționat, evită toate consecințele nefericite ale individuației reprimate. Cu alte cuvinte, dacă își asumă în mod voluntar sarcina împlinirii sale, această împlinire nu „se va întâmpla“ împotriva voinței sale, sub o formă negativă.[231]

Or, după cum predică Iisus în *Evanghelia lui Toma*: „Dacă aduceți la lumină ceea ce este în voi, ceea ce veți aduce vă va salva. Dacă nu aduceți la lumină ceea ce este

în voi, ceea ce nu aduceți vă va distruge“. În *Cartea tibetană a morților* întâlnim un mesaj analog: ființa trebuie să lucreze cu propriul material inconștient în timpul vieții, pentru a evita o tranziție terifiantă către viața de apoi.

Inerent în conceptul de individuație este arhetipul Sinelui, care este principiul sensului și punctul culminant al creșterii psihice. Sinele este totalitatea psihicului – conștient și inconștient, în timp ce egoul este centrul conștiinței, doar cu conținutul său personal. În procesul de individuație, pe măsură ce Sinele se dezvoltă, egoul își asumă o poziție de subordonare; există o trecere de la egoul pur personal, ca centru al personalității, la Sinele transpersonal. Sinele este simbolul divinității omului sau Dumnezeul din interior, natura de *buddha* și, la fel ca *vajra* – simbolul budist tibetan, este indestructibil. În expresia sa plastică, acesta este reprezentat de *mandala*, cercul mistic cu nucleu care unește toate contrariile. După cum putem vedea, în miezul învățăturilor și psihoterapiei lui Jung se află ideea că, după ce a fost ferm stabilit un ego funcțional, scopul este transformarea, al cărei singur criteriu este dispariția egoului. Acest lucru duce la experiența Sinelui, la natura de *buddha*, Dumnezeu sau îndumnezeirea, conștiința cristică, Brahma, Cel Iubit, Similaritatea, Tao, Adevărul, Integralitatea – oricum am vrea să numim misterul care poate fi experimentat, dar nu înțeles. Dar pentru a realiza această transformare, individul trebuie să rămână fidel legii propriei ființe; în măsura în care dacă trădăm această lege, eșuăm în a da un sens vieții noastre, și de aici rezultă nevroza și alienarea, împreună cu o varietate de dezechilibre mentale și emoționale. Pe de altă parte, urmând în mod constant calea dezvoltării naturale ajungem, în cuvintele lui Jung, la experimentarea Sinelui și la starea de a fi pur și simplu ceea ce suntem. În mod similar, în cuvintele unui budist tibetan contemporan, „esența budismului nu este de a încerca să găsim ceva ce nu avem, ci de a recupera ceea ce avem, dar nu știm [că avem].“

Aceasta nu este nici o sarcină ușoară, și nici un demers popular; de fapt, este o aventură periculoasă, pentru că se desfășoară împotriva convențiilor sociale și a gândirii colective. Convențiile și gândirea colectivă sunt unele dintre numeroasele obstacole din lumea noastră care interferează cu dezvoltarea noastră integrală ca indivizi. Acestea sunt puternice, adesea subtile, dar brutale. Jung vorbește despre individul care devine „un hoț și un tâlhar pentru el însuși... Infectat cu lepra gândirii colective. ... Epoca noastră cuprinde și produce mai mult decât suficient din această ... «răutate ca de arsenic», care îl împiedică pe om să-și descopere adevărata natură“[232], pe când doar ceea ce este cu adevărat el însuși are puterea de a vindeca. Acest conflict psihologic, susțin eu, este unul dintre cele mai mari pericole în lumea noastră, care duce la violență și război. Atunci când ființa a devenit cu adevărat ea însăși – acel individ unic, deosebit de oricine altcineva care a trăit vreodată, o scânteie irepetabilă în univers, aceasta nu mai are nevoie de competiție, de ură și

ostilitate, de puterea de a-i domina pe alții; astfel, înțelepciunea plină de compasiune apare spontan. Acesta este motivul pentru care Jung ne îndeamnă înainte de toate să fim noi înșine, nu jungieni, îndemn care este foarte mult în spiritul budismului: fiecare dintre noi trebuie să ne găsim natura de *buddha* în felul nostru unic. Aceasta urmează de asemenea preceptul vechi al poetului grec Pindar – un contemporan al lui Shakyamuni Buddha, și anume „devino ceea ce ești“. Or, cum spune Shakespeare, „Să-ți fii ție însuți adevărat“.

Urmând calea lui Buddha și cele patru adevăruri nobile, budiștii tibetani ne învață cum să ne antrenăm și să ne disciplinăm mintea, cum să aplicăm antidoturi pentru a ne contracara „emoțiile dureroase“ și, practic, cum să facem să ne dezvoltăm conștiința astfel încât să reușim să ne eliberăm de suferință. Cu toate acestea, pentru Jung „nu poate exista fericire decât dacă există suferință ... cele două stări nu pot exista una fără cealaltă. Atât de mult încât fericirea se transformă cu ușurință în suferință și chiar suferința cea mai intensă poate produce un fel de fericire supraomenească. Acestea sunt o pereche de contrarii care sunt indispensabile vieții.“[233] El își argumentează, de asemenea, opinia că „suferința trebuie să fie depășită, iar singura cale de a o depăși este să o îndurăm“.[234] Dar în același timp crede că „suferința care nu este înțeleasă este greu de suportat, în timp ce, pe de altă parte, este de multe ori uimitor să vedem cât de mult poate îndura o persoană – atunci când aceasta înțelege de ce și pentru ce“.[235]

Scopul sintezei sau al reconcilierii contrariilor în opera lui Jung și în budismul tibetan, mai ales în forma sa tantrică, este de o importanță fundamentală. Și în lumea de astăzi care este extrem de divizată apare urgența reconcilierii polarităților, de a asculta punctul de vedere al celeilalte persoane, al celorlalte națiuni. Dar, pentru a începe de undeva, trebuie să ascultăm mai înainte argumentul propriului nostru inconștient, dat fiind faptul că în acest moment punctul nostru de vedere conștient, pur rațional, devine periculos de rigid, unilateral și arogant.

Budismul tibetan ne învață că mintea/psihicul nostru în adevărata sa natură este pur(ă) și limpede. Și tantra, cu metodele, practicile de meditație și ritualurile sale, poate duce la experimentarea stării de unire a contrariilor, de nondualitate sau de unitate între noi și univers în totalitatea sa.[236] Toate acestea au loc atunci când dorințele noastre și toate forțele din ființa noastră, întunericul și lumina, au fost unificate și astfel trecem prin procesul de transformare: Sinele ne este ridicat într-o altă dimensiune a realității.

Întâlnim o paralelă remarcabilă pentru această noțiune în opera lui Jung. În diferite moduri, voluminoasa operă a lui Jung, care a culminat cu *opus*-ul suprem *Mysterium Coniunctionis*, explorează jocul contrariilor și ajunge la aceeași

concluzie. Punctul său de vedere asupra naturii psihicului este că acesta este un sistem de autoreglare, care tinde să integreze toate contrariile în sine − misterul împreunării contrariilor. Și scopul transcendental al psihicului este de a experimenta unitatea cu *unus mundus*, lumea unică, sau identitatea personală cu Sinele universal: cu alte cuvinte, nondualitatea, armonia universului, experimentată de către o persoană în starea de meditație profundă. Aceasta este libertatea totală și fericirea ultimă, scopul tantrei, și îndrăznesc să spun că întreaga operă a lui Jung duce treptat la același scop: experiența *unus mundus*.

Simbolul cel mai proeminent al contrariilor din tantra și din opera lui Jung este uniunea dintre masculin și feminin, minunat reprezentată în iconografia tantrică și discutată de Jung de-a lungul operei sale, reflectând influența alchimiei. Acesta este un alt punct important în care cele două sisteme se intersectează: noțiunea principiilor masculin și feminin și semnificația uniunii lor. Ideea este exprimată cel mai clar și mai succint de Jung într-o adresare comemorativă în memoria prietenului său, Richard Wilhelm, sinologul și traducătorul textelor antice chinezești, care l-a introdus pe Jung în lumea alchimiei chineze, validând ideea centrală a Sinelui, obiectivul dezvoltării psihologice.

Iată cum vorbește Jung despre Richard Wilhelm, dar în multe feluri această cuvântare este un portret chiar al lui Jung însuși:

> Ca regulă, specialistul este o minte pur masculină, un intelect pentru care fecunditatea este un proces străin și nefiresc, prin urmare, este un instrument deosebit de nepotrivit pentru a da re-naștere unui spirit străin. Dar o minte mai amplă poartă amprenta feminină; este dotată cu o matcă receptivă și fructuoasă, care o poate remodela și îi poate da o formă familiară. Wilhelm a posedat darul rar al unui intelect matern. Acestuia îi datora el capacitatea de neegalat de a-și simți calea în spiritul oriental și de a realiza traducerile sale incomparabile.[237]

Consider că aceste cuvinte emoționante sunt nu numai un omagiu adus unui prieten drag, a cărui operă a fost de o importanță imensă pentru Jung, ci și un frumos tribut adus femininului atât din femei, cât și din bărbați, și o expresie a respectului și a unei profunde recunoștințe față de Orient pentru contribuția sa neprețuită și trainică la dezvoltarea lumii occidentale.

Mai devreme am afirmat că civilizația modernă se concentrează pe exterior și ignoră lumea interioară. Mai mult decât atât, mulți oameni, din întreaga lume, se tem de tărâmul interior – se tem de necunoscut, ceea ce cred că justifică parțial neobositele tentative ale chinezilor de a reprima tradiția extrem de spirituală și modul de viață din Tibet. În mod asemănător, Jung stârnește animozitatea multora care înțeleg greșit și distorsionează complet conceptele și viziunile sale sau nu reușesc să recunoască profunzimea descoperirilor sale, care radiază către multe alte domenii de cercetare. Uneori, în mod similar, chiar și motivația și învățăturile lui Dalai Lama sunt extrem de distorsionate și greșit reprezentate. S-a spus deseori că

Jung era cu mult înaintea timpului său, fapt care, probabil, explică dificultatea de a sesiza sensul profund al monumentalei sale *opus*, moștenirea sa spirituală. Într-un fel, și budismul tibetan (împreună cu alte tradiții spirituale) a fost timp de secole înaintea timpului său. Abia acum ne dăm seama că o mare parte din cosmologia sa coincide cu descoperirile științei moderne.

Jung postulează că există un fond comun împărtășit de microfizică și psihologia lui de profunzime, dar acesta poate fi doar sugerat pentru că, în esență, este transcendental.[238] Bănuiesc că acest lucru se întâmplă și pentru că nu avem încă limbajul necesar pentru a-l descrie. În opinia lui Jung, psihicul și materia – perechea extremă de contrarii – nu sunt diferite una de alta, deoarece materia produce psihicul, iar psihicul mișcă materia. El se așteaptă ca cercetările viitoare să fie în măsură să demonstreze relația dintre mental și fizic. Și într-adevăr, în zilele noastre, fizicianul David Bohm a ajuns la concluzia că „noțiunea de *soma* – semnificația acesteia – sugerează că *soma* (sau domeniul fizic) și semnificația acesteia (care este mentală) nu sunt nicidecum separate, ci mai degrabă sunt două aspecte ale unei realități atotcuprinzătoare“.[239] David Bohm, potrivit maestrului budist tibetan Sogyal Rinpoche, adoptă o abordare științifică a realității, cu „o înțelegere a totalității și a unității existenței ca un tot neîntrerupt și perfect“.[240] Această afirmație pare un ecou izbitor al declarației lui Jung conform căreia „evenimentele sincronistice indică o armonie profundă între toate formele de existență“.[241]

Ca o altă mărturie a interacțiunii dintre psihic și materie, știința medicală a găsit dovezi convingătoare că rugăciunea la distanță, meditația sau gândurile pline de compasiune au efecte pozitive asupra stării de sănătate a pacienților pentru care sunt realizate aceste rugăciuni și meditații, chiar dacă ei nu sunt conștienți de acest lucru.[242]

Atât budismul tibetan, cât și munca lui Jung sunt foarte complexe, ezoterice, mistice și, în același timp, foarte practice în simplitatea lor fundamentală – o altă pereche de contrarii, reunite elegant pentru beneficiul nostru. După cum sugerează și Jung, „toate eforturile inteligenței noastre umane ar trebui să fie îndeplinite pentru a atinge această simplitate în care sunt reconciliate contrariile“.[243]

Și Buddha, și Jung se concentrează pe eliberarea de suferință, în care mintea sau psihicul joacă rolul esențial, și aplică orice metodă care este terapeutică și funcționează pentru un anumit individ la un anumit moment. Ei nu sunt stingheriți de prevederile vreunei dogme, doctrine sau teorii psihologice, deși ambele sisteme vizează dezvoltarea conștiinței noastre și a întregului nostru potențial, a posibilităților creative latente în fiecare dintre noi, având la bază conduita etică în toate acțiunile noastre. Jung a considerat că o atitudine religioasă în viață este indispensabilă pentru sănătatea unui individ și, astfel, și-a încurajat pacienții să

urmeze orice cale spirituală care era semnificativă pentru ei. În mod similar, astăzi, Dalai Lama își începe adesea prelegerile îndemnându-și ascultătorii să rămână fideli propriilor tradiții religioase. Ceea ce este important, ne spune Sfinția Sa, este transformarea lăuntrică.

> Există șapte miliarde de ființe umane și într-un fel cred că avem nevoie de șapte miliarde de religii diferite, deoarece există o atât de mare varietate de dispoziții, înclinații naturale, temperamente, credințe, familii și fonduri culturale.[244]

Dalai Lama recunoaște pe bună dreptate că simbolurile religioase ale unei culturi sunt esențiale pentru individ, în cazul în care căutarea spirituală a lui sau a ei este autentică, și nu doar o imitație fără sens. Cu toate acestea, budismul nu subscrie la o acceptare oarbă a învățăturilor sale, chiar și a celor care provin de la Buddha însuși.

Lama Yeshe ne amintește că o minte care crede este un zid care ascunde claritatea noastră și ne întreține confuzia. Este necesar să fim deschiși, treji și cu o atitudine receptivă față de șoaptele sufletului nostru, față de „veștile care apar întotdeauna din tăcere“[245], din abisul și înălțimea inconștientului nostru. Prin urmare, avem nevoie de meditație și contemplare, astfel încât să putem fi senini și să permitem înțelepciunii noastre interioare să vorbească cu noi și apoi să o integrăm pe aceasta în viețile noastre. După cum subliniază Jung, numai experiența directă, imediată ne poate învăța înțelepciunea pe care o auzim de la profesori sau o citim în cărți.

Reflectând asupra avertismentului lui Jung că „lumea atârnă de un fir subțire, și acesta este psihicul omului“, ce putem învăța din budismul tibetan și de la Jung pentru a putea aplica în viețile noastre ca indivizi și pentru a ajuta la prevenirea unei catastrofe globale? (La urma urmei, știm din exemple istorice că ființele umane pot și chiar fac o diferență.) De la tibetani putem învăța cum să evităm să devenim sclavi ai emoțiilor dureroase, precum furie, ură și răzbunare, și cum să acționăm conștient, cu atenție, pricepere și compasiune. Din perspectiva lui Jung – și aș considera acest lucru, de asemenea, drept responsabilitatea fiecăruia dintre noi, trebuie să începem cu individualitatea, deoarece doar inconștientul individului este recipientul tuturor forțelor distructive și, în același timp, matricea înțelepciunii, inspirației, creativității și a experienței religioase. Pentru Jung, psihicul este atât mama civilizației, cât și distrugătorul acesteia.[246] Avem responsabilitatea de a alege. Indivizii care au realizat o transformare psihologică sau cel puțin cei care sunt într-o călătorie spre aceasta influențează pozitiv mediul lor fără a manifesta o intenție conștientă. Aceasta acționează ca o contagiune psihică pozitivă, care are efecte vaste și reverberante.

La începutul secolului XX, Jung își prezenta viziunea, care nu ar putea fi mai

relevantă acum, în zorii secolului XXI, și care este în realitate un ecou al esenței învățăturilor budiste:

> Prea mulți încă privim spre exterior, unii crezând în iluzia victoriei și a unei puteri victorioase, alții în tratate și legi, și alții, din nou, în răsturnarea ordinii existente. Dar încă prea puțini dintre noi privim în interior, în noi înșine, și încă și mai puțini ne întrebăm dacă interesele societății umane nu ar putea să fie cel mai bine servite dacă fiecare om ar încerca să elimine vechea ordine din el însuși și să transpună în propria persoană și în propria sa stare interioară acele precepte, acele victorii pe care le predică la fiecare colț de stradă, în loc să aștepte întotdeauna aceste lucruri de la semenii săi.
>
> Fiecare individ are nevoie de revoluție, de diviziune interioară, de răsturnarea ordinii existente și de reînnoire, dar nu prin forțarea acestor schimbări asupra vecinilor săi sub mantia ipocrită a iubirii creștine, a sentimentului de responsabilitate socială sau a oricăror alte frumoase eufemisme ar folosi pentru a denumi impulsurile inconștiente către puterea personală. Autoreflecția individuală, întoarcerea individului la originea naturii umane, la nivelul cel mai profund al propriei sale ființe, cu destinul său social și individual – aici este, de fapt, începutul vindecării acestei orbiri care domnește în prezent peste tot.[247]

În concluzie, sugerez că cea mai importantă și mai valoroasă caracteristică atât a budismului tibetan, cât și a operei lui Jung este că acestea sunt pentru totdeauna vii, în continuă transformare, nu sunt niciodată statice, rigide sau împietrite și, pentru unii, sunt mereu eliberatoare și vindecătoare.

---

[231] Jung, Aion, p. 70.

[232] Jung, Mysterium Coniunctionis, pp. 163–64.

[233] Jung, Letters, vol. 1, p. 247.

[234] Ibid, p. 236.

[235] Jung, Psychology and the East, p. 210.

[236] Lama Yeshe, Introduction to Tantra: A Vision of Totality (London: Wisdom Publications, 1987), pp. 88–89.

[237] C. G. Jung, The Spirit in Man, Art, and Literature p. 54.

[238] Jung, Mysterium Coniunctionis, p. 538.

[239] Sogyal Rinpoche, The Tibetan Book of Living and Dying (San Francisco: Harper San Francisco, 1992), p. 353.

[240] Ibid.

[241] Jung, Aion, p. 261.

[242] Larry Dossey, Reinventing Medicine: Beyond Mind-Body to a New Era of Healing (San Francisco: Harper San Francisco, 1999), p. ???.

[243] Jung, The Practice of Psychotherapy, p. 320.

[244] Tenzin Gyatso, the Fourteenth Dalai Lama, and Howard Cutler, The Art of Happiness (New York: Riverhead

Books, 1998), p. 294.

[245] Rainer Maria Rilke, Duino Elegies, quoted in Sogyal Rinpoche, op.cit., p. 81.

[246] Jung, The Archetypes of the Collective Unconscious, p. 116.

[247] Jung, Two Essays on Analytical Psychology, p. 5.

Glosar

BUDISM

Cu excepția cazului în care nu se specifică altfel, toate cuvintele sunt sanscrite.

- *alaya-vijnana* – „depozitul conștiinței“, sursa întregii conștiințe a unei persoane, în conformitate cu principiile budiste ale școlii Chittamatra
- *arhat* – cel care a atins eliberarea completă de suferință, care a atins *nirvana*
- Avalokiteshvara – *buddha* al compasiunii
- *bardo* – starea dintre moarte și renaștere
- *bodhichitta* – motivul/motivația iluminatului sau atitudinea pe care o posedă adepții *bodhisattva*: dorința de a deveni un *buddha* pentru bunăstarea tuturor ființelor
- *bodhisattva* – ființa care aspiră să fie iluminată
- *buddha* – o ființă complet iluminată; cel care a depășit toate aspectele negative și a desăvârșit toate calitățile benefice
- *dakini* (tibetană: *khandroma*) – o ființă simbolică manifestată sub formă feminină, care întrupează beatitudinea și înțelepciunea și care acționează ca ajutor spiritual
- *dharma* – învățături spirituale; doctrina lui Buddha; legea universală
- iluminare – starea de fi un *buddha*, în care dualitatea devine unitate absolută; eradicarea tuturor stărilor mentale negative și acumularea tuturor calităților pozitive
- Hinayana – școală timpurie de budism, budismul sudic, din care Theravada este singurul sistem care a supraviețuit

- *karma* – legea cauzei și a efectului; consecința gândurilor, vorbelor și acțiunilor noastre resimțită în această viață și în viețile viitoare
- *karuna* – compasiune
- Mahayana – școli ulterioare de budism care au îmbrățișat idealul de *bodhisattva*; budism nordic
- Manjushri – *buddha* al înțelepciunii
- *mantra* – cuvânt sacru, simbol auditiv
- *mudra* – gest simbolic ritualic
- *nirvana* – starea de dincolo de suferință; eliberarea de *karma* și iluzie și de lanțul reîncarnărilor (*samsara)*
- *padma* – floare de lotus; simbolul evoluției spirituale
- *prajna* – cunoașterea supremă și înțelepciunea intuitivă, eliberatoare; principiul feminin
- *sadhana* – exercițiu spiritual
- *samadhi* – o stare profundă și neperturbată de concentrare asupra unui singur punct
- *samsara* – existență ciclică; ciclul renașterilor continue, de necontrolat, în diferite planuri ale existenței; continua suferință mentală și fizică
- *satori* – (japoneză) o altă denumire pentru iluminare, specifică budismului zen
- *shunyata* – gol, vid; se spune că toate fenomenele sunt vide de existența inerentă sau existența de sine stătătoare; reversul interdependenței tuturor fenomenelor
- *skandha* – agregatele psihofizice ale unei ființe umane: trupul, sentimentele, percepțiile, impulsurile și emoțiile, conștiința de bază
- *tangka* – (tibetană) pictură religioasă, realizată de obicei pe pânză și înrămată în brocart
- tantra – învățăturile esoterice ale lui Buddha care conduc rapid la iluminare; metode speciale și tehnici pentru atingerea rapidă a stării de iluminare; cunoscută și sub numele de Vajrayana
- Tao – (chineză) calea eternă a ordinii cosmice
- Tara – un aspect feminin al minții unui *buddha*
- *upaya* – metodă; principiul masculin

- *vajra* – (tibetană: *dorje*) sceptrul de diamant, simbol al indestructibilității; principiul masculin al acțiunii
- Vajrayana – „vehiculul de diamant“ către iluminare, parte a Mahayana; școală tantrică de budism
- Vajrayogini – o *dakini* de cel mai înalt rang, reprezentată în roșu strălucitor și înconjurată de o aură de flăcări
- *yidam* – (tibetană) o zeitate masculină sau feminină, sau *buddha*, invocată în anumite practici de meditație tantrică

JUNG

- *anima* – aspectul feminin al psihicului masculin
- *anima mundi* – Sufletul Lumii
- arhetipuri – conținutul inconștientului colectiv; imagini primordiale și tipare de formare a simbolurilor care se regăsesc la întreaga umanitate
- inconștientul colectiv – parte a psihicului al cărei conținut inconștient este ereditar și aparține umanității în general; prin contrast, inconștientul personal este alcătuit din experiențe personale care au fost reprimate și uitate
- ego – un complex de idei care constituie centrul câmpului conștiinței unei persoane și care pare să dețină un înalt grad de continuitate și identitate
- eros – principiul relaționării
- individuație – procesul întregirii personalității; căutarea sensului
- *mandala* – cuvântul sanscrit pentru cerc; un tipar de pătrate și cercuri simbolice
- Philemon – o imagine fantastică reprezentând un bătrân pe care Jung l-a numit Philemon și care personifica înțelegerea superioară; pentru Jung, era ca un *guru*
- *pleroma* – cuvânt grecesc care înseamnă „plenitudine“
- psyche – totalitatea proceselor psihice, conștiente și inconștiente
- Sine – centrul personalității, simbolul întregului, principiul orientării și al sensului; apogeul dezvoltării psihice
- sincronicitate – un principiu de conexiune acauzal; o coincidență semnificativă în care se întâlnesc un eveniment interior și unul exterior
- funcție transcendentă – o funcție complexă care facilitează tranziția de la o atitudine la alta în cadrul procesului de individuație

- *unus mundus* – o singură lume

Index[248*]

A

alaya-vijnana 99, 100

alchimie ix, 21, 39, 45, 46, 47, 48, 50, 52, 88, 118, 144, 150

anima 83, 84, 85

anima mundi 88, 121

arhat 7, 8

arhetipuri 38, 39, 41, 42, 43, 79, 80, 81, 82, 83, 85, 94, 127, 128, 129

Atisha 22, 129

Avalokiteshvara 105, 131

Avatamsaka Sutra 104

B

bardo 89, 90, 92

Bardo Tödöl 88, 90, 91, 146

Benoytosh Bhattacharyya 23

bodhichitta 16, 17, 118

bodhisattva 8, 9, 10, 17, 112, 119

Bohm, David 152

bon 10

Brahma 147

buddha 4, 8, 10, 15, 20, 26, 28, 69, 75, 82, 100, 102, 103, 105, 110, 114, 117, 131, 134, 138, 145, 146, 148

Buddha 3, 4, 6, 7, 22, 31, 37, 65, 66, 67, 68, 81, 87, 107, 108, 112, 116, 117, 121, 126, 130, 135, 148, 153, 154

Buddha Shakyamuni 3, 77, 148

buddhi 66

C

Calea de diamant 22. *Vezi de asemenea* Vajrayana
Calea de Mijloc 3, 5, 20, 25, 107
calea tantrică 22. *Vezi de asemenea* tantra
Capra, Fritjof 55
Cartea Roșie 36
cele patru adevăruri nobile 4, 5, 22, 112, 148. *Vezi de asemenea* Calea de Mijloc
C. G. Jung 34
Conze, Edward 18
creștinism 21, 39, 88, 125, 126, 131, 156

D

dakini 82, 83, 84, 85
Dalai Lama iii, viii, 11, 20, 131, 151, 153, 154
Dasgupta, S.B. 27
dharma 14
Divina Comedie 90
Dorn, Gerhard 51
Dumnezeu 32, 44, 87, 118, 119, 120, 124, 126, 132, 147

E

Eckhart, Meister 58, 126
ego 13, 17, 18, 53, 59, 61, 67, 69, 83, 87, 96, 109, 110, 111, 113, 114, 121, 146, 147
Eliade, Mircea 21
Elveția viii, 31
Eros 46, 49, 85, 137
Evanghelia gnostică a lui Filip 125
Evanghelia lui Toma 146

F

Freud 34, 35, 96

G

Gampopa 76
Gandhi, Mahatma i
gnosticism 21, 88, 124, 125, 126
Guenther, Herbert 27
guru 75, 77, 85, 136, 144

H

Hinayana 7, 8, 11, 22
homeopatie 28

I

I Ching 55
Iisus Hristos 71, 72, 125, 126, 146
India 10, 31, 70

K

kairos 130
karma 13
karuna 25
Kekulé, August 81
khandroma 82. *Vezi de asemenea* dakini

L

lama viii, 10, 11, 74, 78, 121, 122, 139
Lama Govinda 23, 26, 66, 80, 100, 111
Lama Yeshe v, vi, xi, 154
Lankavatara Sutra 101
Logos ii, 46
Loyola, Ignatius 97

M

Madhyamika 20, 21, 25, 107, 109, 117, 135
magnum mysterium 86
Mahavairochana Buddha 70
Mahavajrabhairava 69
Mahayana 7, 8, 9, 10, 11, 16, 20, 22, 107, 108, 112, 119, 120, 134
maithuna 27
mandala 30, 37, 38, 47, 52, 59, 92, 93, 94, 110, 136, 144, 147
Manjushri 105
mantre 29, 73, 74
Mayer, Robert 42
Mercurius 49, 50, 51, 98
mudre 29, 71, 73, 74
Mysterium Coniunctionis 150

N

Nagarjuna 107, 108

Neumann, Erich 82

nirvana 8, 12, 19, 25, 82, 111

P

Philemon 85

piatra filozofală vii, 51, 138

Pindar 148

pleroma 101, 102, 104, 106, 111

prajna 23, 25, 27, 28, 109

Progoff, Ira xi, 64, 65

puja 74

R

Rinpoche, Chögyam Trungpa 89, 91

Rinpoche, Sogyal 152

S

sadhana 25, 73, 116

șamanism 10, 21. *Vezi de asemenea* bon

samsara 12, 15, 18, 19, 25, 82, 91, 111

Secretul Florii de Aur 39, 52

Septem Sermones ad Mortuos 101, 102

Shakespeare 148

shakti 23

Shiva 23

shunya 25

shunyata 18, 19, 101, 104, 109

Siddhartha 1, 2, 3, 4, 35. *Vezi și* Buddha

Sinele vii, 17, 24, 25, 32, 38, 39, 43, 44, 47, 51, 59, 67, 69, 76, 84, 85, 87, 93, 101, 110, 111, 113, 114, 121, 134, 136, 138, 144, 146, 147, 149, 150

skandha 18, 19

sunyata 20

Sutra inimii 101

T

tangka 74

tantra 20, 21, 22, 23, 24, 87, 88, 118, 124, 136, 137, 149, 150

Tantrayana 11

tao 55, 120, 147

Tara 81, 82

Tibet viii, 10, 11, 81, 91, 129, 139, 151

U

uniunea contrariilor 50, 51, 60, 84, 105, 106, 107

unus mundus 150

upaya 25, 27, 28

V

vajra 71, 146

Vajrayana 20, 22, 24, 28, 68, 79, 80, 81, 102

Vajrayogini 83, 87

Vehiculul de Diamant 20. *Vezi de asemenea* Vajrayana

W

Wilhelm, Richard 52, 53, 150

Y

yab-yum 26, 84

yana 11, 22

yidam 85

yoghin 25, 27, 116, 131

Z

zen 65

Zosimos 120

[248*] Numărul paginilor se referă la ediția tipărită a cărții și la ediția digitală în format PDF.

Despre autoare

Radmila Moacanin s-a născut în Belgrad, Serbia. A studiat la Geneva, New York și Los Angeles și a dobândit o diplomă în limbi străine, o diplomă de master în afaceri internaționale ale Națiunilor Unite, a realizat studii de master în servicii sociale și a obținut un doctorat în psihologie. A fost bursier Fulbright în Italia, a lucrat la Misiunea Permanentă a Birmaniei din cadrul Organizației Națiunilor Unite, la Centrul Medical Universitar din New York și la Centrul Medical al Universității din California de Sud. A participat în calitate de consultant în aplicarea Programului Național al Jurnalului Intensiv și a fost lector invitat la Școala de Psihologie de la Moscova.

În prezent, Radmila Moacanin locuiește în Los Angeles și lucrează ca psihoterapeut, profesor adjunct la Universitatea din San Diego pentru Studii Integrative, și este și coordonator al unor sesiuni de retrageri în cadrul cărora predă Meditația Scrisului, în California. A călătorit mult în întreaga lume și vorbește șase limbi. De mai bine de trei decenii, autoarea este o practicantă a budismului tibetan.